



RECETA FAMILIAR

Invita a algún miembro de tu familia a que te de una receta familiar. Luego redacta la misma incluyendo los siguientes apartados:

1. Ingredientes: indicando las cantidades
2. Tiempo de preparación: ¿Cuántos minutos se tarda en preparar?
3. ¿Cómo se hace? Explica cómo se hace
4. ¿Crees que esta receta es equilibrada?
5. ¿Te ayuda a mantener unos hábitos de alimentación saludables?
6. Ilustración: foto o dibujo
7. Envía tu trabajo a través de cualquier medio de los que usamos habitualmente a: Nuria Codina, Lidia Hidalgo, Maite Jiménez, Pablo López o Isabel Salinas

Ahora te animamos a que la pongas en práctica para celebrar este día con los que más quieres.

¡A DISFRUTAR!

