



TALLER DE CONSERVACIÓ DELS ALIMENTS

A l' hora d' aplicar les següents receptes cal esterilitzar fent bullir tots els estris i suports que utilitzarem, siguin de vidre o metàl·lics.

Per poder degustar la conserva cal esperar un mínim de 3 mesos.

FORMATGE EN OLI

Ingredients:

- ¾ de Kg de formatge manxec curat
- Oli d'oliva verge
- 1 pessic de farigola
- 2 fulles de llorer
- 2 grans d'all
- 250 g. de pebre en gra. (Barreja de pebre negre i pebre vermell)



ELABORACIÓ:

1. Tallar la peça de formatge a daus
 2. Posar els daus de formatge dins un pot de vidre
 3. Afegir la barreja d'herbes, all i pebre
 4. Acabar de cobrir amb oli i tancar el pot
- (Si l'oli és de baixa qualitat la combinació és massa forta)

TALLER DE CONSERVACIÓ DELS ALIMENTS

A l' hora d' aplicar les següents receptes cal esterilitzar fent bullir tots els estris i suports que utilitzarem, siguin de vidre o metàl·lics.

Per poder degustar la conserva cal esperar un mínim de 3 mesos.

OLIVES EN SALMORRA

Ingredients:

Olives naturals arbequines

1l d'aigua

Sal

Herbes: sajolida, fonoll, farigola (Un pessic)

ELABORACIÓ:

- 1.- Fer una solució de 8g de sal per cada litre d'aigua
- 2.- Introduir les olives,herbes al gust i la solució salina fins a cobrir
- 3.- Tapar bé els pots



TALLER DE CONSERVACIÓ DELS ALIMENTS

A l' hora d' aplicar les següents receptes cal esterilitzar fent bullir tots els estris i suports que utilitzarem, siguin de vidre o metàl·lics.

Per poder degustar la conserva cal esperar un mínim de 3 mesos.

COGOMBRES PETITS O PEBROTS EN VINAGRE.

Ingredients:

Cogombres petis o pebrots tallats en 2 meitats.

Vinagre pur de vi blanc.

1 fulla de llorer.

1 culleradeta de sucre.

1 culleradeta de sal.

1 culleradeta de pebre negre en gra.

ELABORACIÓ:

1.- Farcim els pots amb els vegetals.

2.- Barregem en un cassó (meitat d'aigua, meitat de vinagre) i omplir els pots

3.- Afegir la culleradeta de sucre, la culleradeta de sal, el llorer i el pebre negre.

4.- Tapar els pots.



TALLER DE CUINA

FEM PA

Ingredients:

600 g de farina

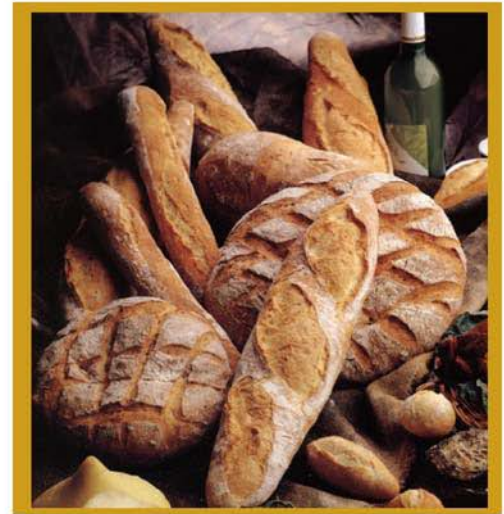
350 ml d'aigua

4 cullerades de llevat

10 g de sal

ELABORACIÓ:

- 1.- Barrejar la farina, l'aigua i la sal
- 2.- Pastar una bona estona i afegir el llevat
- 3.- Tapar amb un drap humit i deixar reposar uns 45 minuts
- 4.- Moldejar els pans, panets, barra
- 5.- Fer dos talls petits sobre la peça
- 6.- Posar-ho al forn a coure a una temperatura de 230°C fins que es torri
(Anteriorment s'haurà precalentat el forn,)



<http://www.xtec.cat/ceip-escola-espiga/revista/n41/Revista41.pdf>

Taller de Cuina

Pastís de Galetes

(Per fer amb família)

Ingredients:

- Galetes.
- 300 g de nata.
- Cacao en pols.
- Llet.

El laboració:

1. Prepara una tassa de llet amb cacao i suca-hi les galetes procurant que no es desfacin.
2. Col·loca en una plata un pis de galetes i cobreix-les completament de nata.
3. Escampa una mica de cacao sobre la nata.
4. Suca més galetes a la tassa amb compte.
5. Col·loca un segon pis de galetes a la plata i torna a escampar-hi nata i cacao per sobre.
6. Repeteix l'operació tantes vegades com vulguis. Posa la plata dins la nevera durant un dia i en sortirà un pastís BONÍSSIM. Fàcil de fer i de menjar.

