BANANAZKO PIRULETAK FRUITU LEHORREKIN

Zer prestatu dezakegu banana, txokolate eta fruitu lehorrekin? Ba... piruleta goxo batzuk umeak energiaz beteko dituztenak! Hori da gure gaurko helburua, umeek azkar jan ditzaten lortzea, bai askaria hartzeko, bai hamaiketako gisa.

OSAGAIAK

2 banana.
300 gr urtzeko txokolate.
Fruitu lehorrak.

PRESTAKETA

Tamaina berdineko banana xerrak moztu, eta izozkailuan sartu minutu batzuk gogor egoteko. Urtzeko txokolatea urtu mikrouhin-labean, baina kontuz ibili, erre ahal zaizu-eta. Erre ez dadin, mikrouhin-labea 30 segundotan jarri, nola dagoen begiratu, berriro jarri beste 30 segundo, etab. Txokolateari alde guztietatik irabiatu berdin desegiteko.

Bol batean fruitu lehorrak prestatu. Mahaspasak, intxaurrak, almendrak, albarikoke lehortuak, hau da, egunero energiaz betetzen gaituzten fruitu lehor guztiak.

Banana xerrak izozkailutik atera eta, sardexka baten laguntzarekin, eskuak ez zikintzeko, xerra bakoitza urtutako txokolatetik pasatu, eta, behin xerra guztiak txokolatez blai dauzkazunean, sareta baten gainean utzi, txokolatea gogor jartzeko eta ezer ez zikintzeko. Ondoren, banana xerra bakoitzaren gainean fruitu lehorrak jarri, eta utzi txokolateari gogortzen.

Piruleta hauek hotz-hotzak jan nahi badituzu, xerra bakoitza izozkailuan sartu 30 minutu. Ordu erdi ondoren, jateko prest egongo dira!

HIGIENEKO ARAUAK

Janaria prestatzen hasi baino lehen, detaile inportante batzuk kontuan hartu behar ditugu forma seguru eta egoki batean lan egin ahal izateko.

- Janaria prestatu baino lehen, eskuak garbitu behar ditugu ur eta xaboiarekin eta ongi lehortu.
- Eraztunak, eskumuturrekoak eta erlojuak kendu behar ditugu.
- Erabiliko dugun mahaia ur eta xaboi pixka batekin garbituko dugu.
- Ilea aurpegitik kenduko dugu (luzea izanez gero, koleta edo motots bat egin).
- Mantala jarriko dugu.
- Janaria probatzeko erabiliko dugun koilara ongi garbitu erabili eta gero.
- Amaitutakoan, erabilitako tresna guztiak ur eta xaboiarekin garbitu eta bere lekuan gorde behar ditugu.

http://txikisukaldaritza.blogspot.com.es/2013/12/bananazko-piruletak-fruitu-lehorrekin.html

Sarah Bennett

LIVEWORKSHEETS

11. Bananazko piruletak fruitu lehorrekin nola prestatzen diren neska-mutilei irakasterakoan, zein da helburua?

A. Haiek tarte atsegina igaro eta sukaldean gustura ari daitezela.

B. Janariak prestatzen ikas dezatela.

C. Askaria azkar har dezatela.

D. Elikagaiak maneiatzen ikas dezatela.

12. Zenbat denbora behar da txokolatea urtzeko?

A. Hogeita hamar minutu.

B. Kasu bakoitzean behar dena.

C. Minutu bat.

D. Hogeita hamar segundo.

13. Errezeta hau egokia da edozein mutil edo neskak jan dezan? Zure erantzuna arrazoitu.

.....

.....

14. Zer objektu eta tresna behar dira, testuaren arabera, errezeta hau prestatzeko?

A. Izozkailua, mikrouhin-labea, sardexka, sareta, bola eta irabiagailua.

B. Izozkailua, mikrouhin-labea, sareta, bola, koilaratxoa eta labana.

C. Izozkailua, mikrouhin-labea, sardexka, bola, labana eta zartagina.

D. Izozkailua, mikrouhin-labea, sardexka, sareta, bola eta labana.

LIVEWORKSHEETS

15. Honako higiene arau hauei eman zenbakiak, 1etik 5era, testuak ematen duen ordenaren arabera:

- [ ] Erabiliko den mahaia ur eta xaboiarekin garbitu.
- [ ] Ilea aurpegitik kendu motots batekin edo txano batekin.
- [ ] Erabili ditugun tresnak garbitu eta gorde.
- [ ] Eskuak garbitu eta ongi lehortu.
- [ ] Mantala jarri.

16. Mikrouhin-laberik ez badago...

A. ... ez dago beste modurik txokolatea urtzeko.

B. ... txokolatea lapiko batean urtu daiteke.

C. ... txokolatea zartagi batean frijitu daiteke.

D. ... txokolatea labean urtu daiteke, potentzia handienean eta 30 minutuz.

LIVEWORKSHEETS