



COCIMEMOS EN FAMILIA
Centro de Familia



1 ¿Qué beneficios tiene cocinar en familia?

Desarrolla la autoconfianza.

Estrecha los lazos familiares.

Favorece la autoestima.

Fomenta la planificación.

Practica aprendizajes: contar, diferenciar o clasificar.

Permite conocer nuevos sabores.





2

¿Qué les parece si cocinamos galletas? ¿Qué ingredientes necesitamos?



150 grs.
de mantequilla.

Una pizca
de sal.

325grs.
de harina.

1 huevo.

150 grs.
de azúcar.

2 cucharadas
de esencia
de vainilla.





3 ¡Pasos a seguir!



- Poner la mantequilla a temperatura ambiente, en un bol junto al azúcar. Mezclar todo con una varilla o con un tenedor.

1°



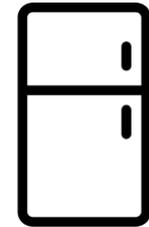
2°

- Cuando la masa está homogénea, añadir el huevo y dos cucharadas de esencia de vainilla.
- Mezclar los ingredientes hasta obtener una masa homogénea.

- Agregar la harina y la pizca de sal (potencia el sabor y deja las galletas más esponjosas).

- Mezclar e integrar todos los ingredientes con la mano, hasta que se forme una bola de masa.

3°



4°

- Tapar la masa y dejarla 1 a 2 horas, en el refrigerador para que se compacte. Luego, dar la forma que desee a la galleta.





4 ¿Le damos forma y color a las galletas?

Moldear las galletas usando la imaginación o moldes que tenga a disposición en casa.



Para decorar (optativo):

- chocolate derretido.
- mostacillas.
- merengue.
- crema de batir.

