

## La macedonia

**Obiettivo:** prepariamo una ricetta

### Materiale occorrente:

- 1 mele
- 1 banane
- frutta di stagione
- zucchero
- un recipiente
- 2 limoni
- coltello
- spremiagrumi
- cucchiaio

### Procedimento:

1. Lava benissimo la frutta
2. Prepara il recipiente
3. Con il coltello sbuccia e taglia a pezzetti la frutta mettendola nel recipiente
4. Spremi i limoni
5. Aggiungi il succo alla macedonia e tre cucchiaini di zucchero
6. Mescola con il cucchiaio

### Osservazioni:

Quando si prepara il cibo si deve avere una particolare cura dell'igiene perciò è buona norma lavarsi bene le mani prima di incominciare.

E' meglio sbucciare la frutta se non si è sicuri della sua provenienza dopo averla ben lavata.

Bisogna essere ordinati e pulire poi quello che si sporca.

Inserisci nella tabella qui sotto le principali vitamine che trovi nella frutta che hai usato.

frutta	vitamine					
mele						
banane						
limoni						

Secondo te il piatto che hai preparato potrebbe essere una valida merenda? Perché?

Per questa volta non occorre fare la relazione!!!!!!!!!!!!