

"Receita da Nossa Família"

Vamos escrever juntos uma receita que é tradição de família! Reúna os parentes! É hora de resgatar receitas que estão presentes na história da sua família!

Orientações Importantes

- A receita deve ter pelo menos um legume ou uma verdura ou uma fruta.
- Lembre-se de listar todos os ingredientes usados, inclusive os temperos e segredos de família!
- É importante que a receita seja escrita no quadro, conforme exemplo abaixo, para que não falte nenhuma informação.

EXEMPLO - Receita da Nossa Família

Nome da receita: ARROZ COM LEGUMES AO FORNO

Quem prepara (ou preparava) essa receita? MINHA AVÓ LOURDES

INGREDIENTES	QUANTIDADES	MEDIDAS (xícara de chá / colher de sopa / colher de sobremesa, etc.)	OBSERVAÇÕES
ARROZ COZIDO	2 ½	XÍCARA DE CHÁ	Arroz já temperado
ABOBRINHA COZIDA	1/2	XÍCARA DE CHÁ	CORTADA EM CUBINHOS
CENOURA COZIDA	1/2	XÍCARA DE CHÁ	CORTADA EM CUBINHOS
SALSINHA	À GOSTO		
MANTEIGA	1	COLHER DE SOPA	PARA UNTAR
QUEIJO MUSSARELA	1/2	XÍCARA DE CHÁ	CORTADA EM CUBINHOS

MODO DE PREPARO:

Em um recipiente, coloque o arroz, a abobrinha e a cenoura cozidos. Acrescente a salsinha, mexendo até que tudo esteja bem incorporado. Unte um refratário com manteiga e transfira para ele o arroz com os legumes. Cubra com a mussarela. Leve ao forno preaquecido a 180 °C por 15 a 20 minutos e está pronto para servir. Bom apetite!

AGORA É A SUA VEZ!! SIGA OS PASSOS ENSINADOS NO EXEMPLO PARA ESCREVER A RECEITA DA SUA FAMÍLIA!

Nome do Aluno: _____

Turma: _____ Professor(a): _____

Receita da Nossa Família

Nome da receita: _____

Quem prepara (ou preparava) essa receita? _____

INGREDIENTES	QUANTIDADES	MEDIDAS (xícara de chá / colher de sopa / colher de sobremesa, etc.)	OBSERVAÇÕES

MODO DE PREPARO: (utilize o verso dessa página para escrever detalhadamente o modo de preparo. Atenção para não se esquecer de nenhuma etapa!)