

MATERNAL I

PROPOSTA: CONHECENDO A MAÇÃ

Orientação aos adultos

Na história da Branca de Neve, ela comeu uma fruta estragada. Alguém lembra qual foi? Quem disse maçã, acertou!

Hoje é dia de apresentar essa fruta às nossas crianças, deixar que manuseiem, cheirem, observem, experimentem. Deixar que explorem todos os sentidos para que se apropriem de suas características, ampliem seu vocabulário e conheçam um alimento tão saudável!

Após esse primeiro momento, será proposto a realização de uma receita de bolo de maçã. Nomeie os ingredientes, oportunize que a criança manuseie e auxilie na culinária. Dessa forma, além de desenvolver habilidades como coordenação motora e a concentração, ela se sente útil e pertencente ao ambiente.

MATERNAL I

PROPOSTA: CULINÁRIA BOLO DE MAÇÃ

Orientação aos adultos

INGREDIENTES:

2 maçãs inteiras e com casca
3 ovos
2 xícaras de açúcar mascavo
1 xícara de óleo
2 xícaras de farinha de trigo integral
1 xícara de aveia em flocos
1 colher de sopa de fermento em pó
1 colher de sopa de canela em pó
Açúcar demerara e canela para polvilhar

MODO DE PREPARO:

No liquidificador bater os ovos, o açúcar mascavo, óleo e as cascas das maçãs.

Numa tigela, misture a farinha com a aveia, o fermento e a mistura do liquidificador. Junte à mistura, as maçãs picadas e a canela.

Em uma assadeira com furo no meio ou retangular, untada com óleo e farinha integral, coloque a mistura do bolo. Por cima salpique a mistura de açúcar demerara com canela. Asse em forno pré-aquecido e em 180°C.

Agora é só saborear esse bolo delicioso feito por vocês!