

La Biblioteca Pública de Nueva York

Actividades en casa para familias

Receta familiar

Resumen

Usted va a trabajar con su hijo para escribir una receta. Puede escoger entre una receta sencilla que crean juntos o una receta familiar que se ha pasado de generación a generación.

Edad

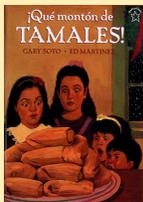
Apropiado para niños de 5-9 años

Materiales necesarios para 1 niño

- Un lápiz
- Papel blanco o la Plantilla para "Receta familiar" (págs. 5-6; imprimible; opcional)
- Lápices de color / marcadores / crayones
- Ingredientes & materiales para la receta que van a hacer juntos

Libros virtuales para leer en voz alta

Se puede acceder a los libros electrónicos (e-books) abajo a través de las colecciones digitales de La Biblioteca Pública de Nueva York. Estos libros tocan los temas de la actividad. Recomendamos que los lea con su hijo antes o después de completar la actividad.



[¡Qué montón de tamales!](#)

por Gary Soto

Accesible en español a través de la colección de Bookflick



[Salsa](#)

por Jorge Argueta

Accesible en español a través de OverDrive



Actividades en casa para familias

Instrucciones para la actividad

1. Dile a su hijo que van a escribir una receta familiar juntos. Las recetas son instrucciones que expliquen cómo preparar comida en casa. Una receta familiar explica cómo preparar una comida favorita que se puede pasar de generación a generación en una familia.
2. Haga una lluvia de ideas con su hijo sobre sus comidas o bebidas favoritas. Pídele a su hijo a pensar en algo que le gusta comer o beber y que quisiera preparar. Estas recetas no deben ser complejas – ¡sándwiches de queso fundido o paletas son buenos ejemplos! Si su hijo tiene dificultad en pensar en una idea, pregúntele lo siguiente:
¿Cuál comida que preparamos en casa es tu favorita? ¿Si sólo pudieras comer una cosa para siempre, que será? ¿Cuál es tu favorito – el desayuno, el almuerzo, o la cena? ¿Qué tipo de comida ya sabes preparar?
3. También puede escoger una comida que tiene algún significado especial para su familia. Hable con su hijo sobre el origen de la receta y por qué su familia hace ese plato en particular.
4. En cuanto su hijo decida que comida quiere hacer, lean el **Ejemplo de receta familiar: Sándwiches enrollados de queso fundido** (pág. 4). Ayude a su hijo a identificar las partes diferentes de la receta incluyendo *los ingredientes con medidas y las instrucciones detalladas*.
5. Busquen los ingredientes para la receta.



Actividades en casa para familias

6. En una hoja de papel blanco, escriba el nombre de la receta y haga una lista de los ingredientes y sus cantidades. Opcional: Imprima y use la **Plantilla para “Receta familiar”** (págs. 5-6).
7. Ahora trabaje con su hijo para determinar cuáles son los pasos necesarios para hacer la receta. Su hijo puede anotar cada paso mientras que lo completan o puede anotar todos los pasos a la vez antes o después de hacer la receta. Asegure que las instrucciones son lo más detalladas y específicas posibles.
8. Pídele a su hijo que haga una ilustración de la receta completada en la parte arriba de la **Plantilla para “Receta familiar”** o en una hoja aparte para complementar sus instrucciones escritas.
9. ¡Compartan la comida y la receta con su familia!



La Biblioteca Pública de Nueva York

Actividades en casa para familias

Ejemplo de receta familiar

Sándwiches enrollados de queso fundido

Sirve: 4 personas, como bocadito

Tiempo: 15 minutos

Ingredientes y Materiales:

- 4 rebanadas de pan
- 4 rebanadas de queso (cheddar o americano)
- 2 cucharadas de mantequilla derretida
- Una sartén
- Rodillo de amasar (opcional)

Instrucciones:

1. Lávate las manos por al menos 20 segundos.
2. Corta o arranca las cortezas del pan.
3. Usa el rodillo de amasar o tus manos para aplanar cada rebanada de pan.
4. Coloca una rebanada de queso en cada una de las rebanadas aplanadas de pan.
5. Enrolla el pan y queso juntos para formar un sándwich enrollado.
6. Mete cada sándwich enrollado en la mantequilla derretida para cubrir el lado de afuera.
7. Con la ayuda de un adulto, pon los sándwiches enrollados en una sartén. Cocina los sándwiches enrollados para más o menos un minuto en cada lado.
8. ¡Ponlos en un plato y disfruta!



Actividades en casa para familias

Plantilla para “Receta familiar”

Nombre de la receta: _____

Sirve: _____

Tiempo: _____

Ingredientes y Materiales:

- _____
- _____
- _____
- _____

- _____
- _____
- _____
- _____



Actividades en casa para familias

Instrucciones:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

