

**CONCORSO DIDATTICO “LE STAGIONI NEL PIATTO”**

Il progetto educational con l'iniziativa didattica “Frutta in movimento: racconti di sport” ci ha insegnato l'importanza, per la nostra crescita, di una corretta attività fisica e di una sana alimentazione.

Abbiamo capito che i cibi giusti per la nostra salute sono la frutta e la verdura di stagione.

Tuttavia, da una statistica in classe, abbiamo rilevato che consumiamo pochi vegetali.

**Come fare allora per invogliare i bambini a mangiare questi alimenti indispensabili?**

Il concorso “Le stagioni nel piatto” ci ha dato lo spunto per pensare a una ricetta adeguata allo scopo.

Abbiamo inventato una merenda simpatica per alimentare il corpo e la mente.

Si tratta di una macedonia diversa dalle solite: abbiamo realizzato delle piccole sculture di volti utilizzando **i frutti dell'autunno**, “faccine” divertenti da costruire, belle da vedere e buone da mangiare.

Cosa volete di più!

**I bambini di 2^A**

**(Docente Anna Minguzzi)**



**Faccine di frutta d'AUTUNNO:  
AZDORA MELATA, MISS PIERINA, MONSIEUR CACÒ**

**MONSIEUR CACÒ**



**Ingredienti:**

un cachi,  
 una prugna,  
 due nocciole,  
 una mandorla,  
 qualche acino di uva bianca,  
 stuzzicadenti per fissare i frutti.

**Procedimento**

Tagliare il cachi longitudinalmente, in modo da ricavare una sezione più grande, che serve come faccia e una parte più piccola da mettere alla base come sostegno.

Decorare il viso con fantasia: gli acini di uva bianca sono i capelli, le nocciole gli occhi, le sopracciglia due pezzettini di prugna, il naso è una mandorla, la bocca una fettina di susina. Dopo aver ammirato la propria opera, gustare un po' per volta.

**MISS PIERINA**



**Ingredienti:**

una pera,  
 acini di uva nera,  
 due mandorle,  
 una nocciola,  
 una fetta di cachi,  
 stuzzicadenti per fissare i frutti.

**Procedimento**

Ornare la pera come fosse una faccia: realizzare i capelli riccioluti con acini di uva nera divisi a metà, gli occhi con mandorle, il naso con una nocciolina e la bocca con una fetta di cachi tagliata adeguatamente. Sorridere al capolavoro e poi mangiare a piccoli morsi.

**AZDORA MELATA**



**Ingredienti:**

una mela,  
 un acino di uva bianca,  
 due chicchi di melagrana,  
 una nocciola,  
 una fetta di prugna,  
 alcune noci,  
 stuzzicadenti per fissare i frutti.

**Procedimento**

Realizzare sulla mela un viso: i gherigli delle noci diventano i capelli, le sezioni di un acino di uva bianca sono gli occhi con le pupille fatte da due chicchi di melagrana, la nocciola è il naso e una fetta di prugna è la bocca. Alla fine gustare, alternando la frutta .

# *APPARECCHIAMO LA TAVOLA con la nostra ricetta d'AUTUNNO*



**CLASSE 2<sup>A</sup> "G. MATTEOTTI" Istituto Comprensivo di Alfonsine**