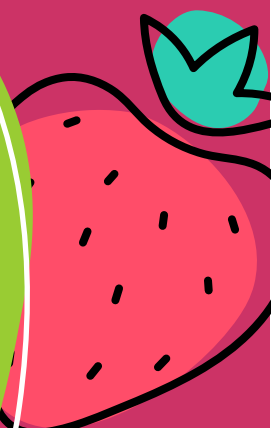
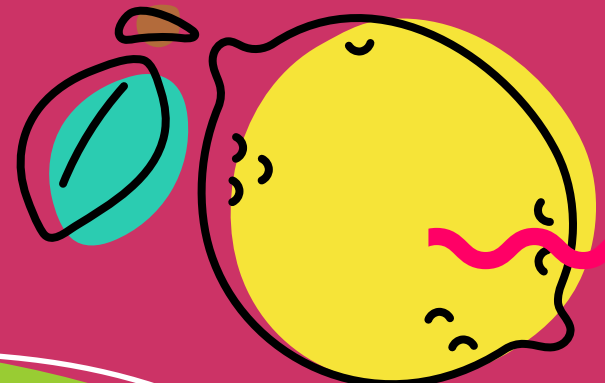




ENTORNOS
ESCOLARES
SALUDABLES



REFRIGERIOS ESCOLARES SALUDABLES

| Recetas |



COORDINACIÓN EDUCACIÓN
SOCIAL Y CULTURAL

CONSEJO PROVINCIAL
DE EDUCACIÓN

MINISTERIO DE
GOBIERNO Y EDUCACIÓN



NEUQUÉN
PROVINCIA

JUNTOS
PODEMOS
MÁS



ENTORNOS
ESCOLARES
SALUDABLES

Torta de Manzanas

Ingredientes:

- Harina leudante - 500 gr
- Leche - 200 cc
- Azúcar - 200 gr
- Manzanas - 8 unidades
- Huevos - 2 unidades
- Aceite - 100 cc
- Opcional: esencia de vainilla, ralladura de Limón o naranja, canela.



Procedimiento:

- 1- Colocar en un bol, la leche, los huevos, el aceite y el azúcar. Mezclar.
- 2- Agregar las manzanas peladas y ralladas, integrar bien.
- 3- Por último, incorporar la harina leudante.
- 4- Colocar en el molde levemente aceitado y llevar a horno medio diente 45 minutos aproximadamente.
- 5- Enfriar y desmoldar.



ENTORNOS
ESCOLARES
SALUDABLES

Arroz con Leche

Ingredientes:

- Arroz - 150 gr
- Leche - 1 litro
- Azúcar - 100 gr
- Opcionales:
 - Cáscara de naranja - c/n
 - Cáscara de limón - c/n
 - Rama de canela - c/n
 - Esencia de vainilla - c/n



Procedimiento:

- 1- Colocar en una cacerola, el arroz la leche las cascara de cítricos y la rama de canela.
- 2- Cocinar tapado hasta que comienza a hervir y luego revolver mientras la leche comienza a evaporarse.
- 3- Cuando el arroz está al dente, es el momento de agregar el azúcar, la mezcla se va a volver más espesa, no debemos dejar de revolver.
- 4- Una vez que el arroz esta cocido, apagar el fuego, retiramos la canela y las cáscaras y dejar reposar en la olla. Si deseamos agregar esencia de vainilla, lo hacemos en este momento.
- 5- Luego conservar en heladera.