



# MI Jardín de Recetas

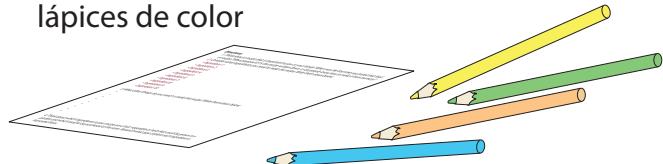
## El Reto:

Explorar recetas tradicionales, culturales y familiares y los ingredientes que las componen



## Vas A Necesar:

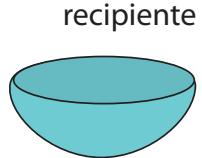
Página impresa de la actividad,  
lápices de color



1. Piensa en una receta importante para ti o tu familia. ¿Cuándo fue la primera vez que probaste esa comida o receta? ¿Está escrita esa receta, o las personas saben como hacerla de memoria?
2. ¿Qué ingredientes necesitas para hacer la receta? Escribe los nombres o dibújalos abajo. Aquí va un ejemplo.

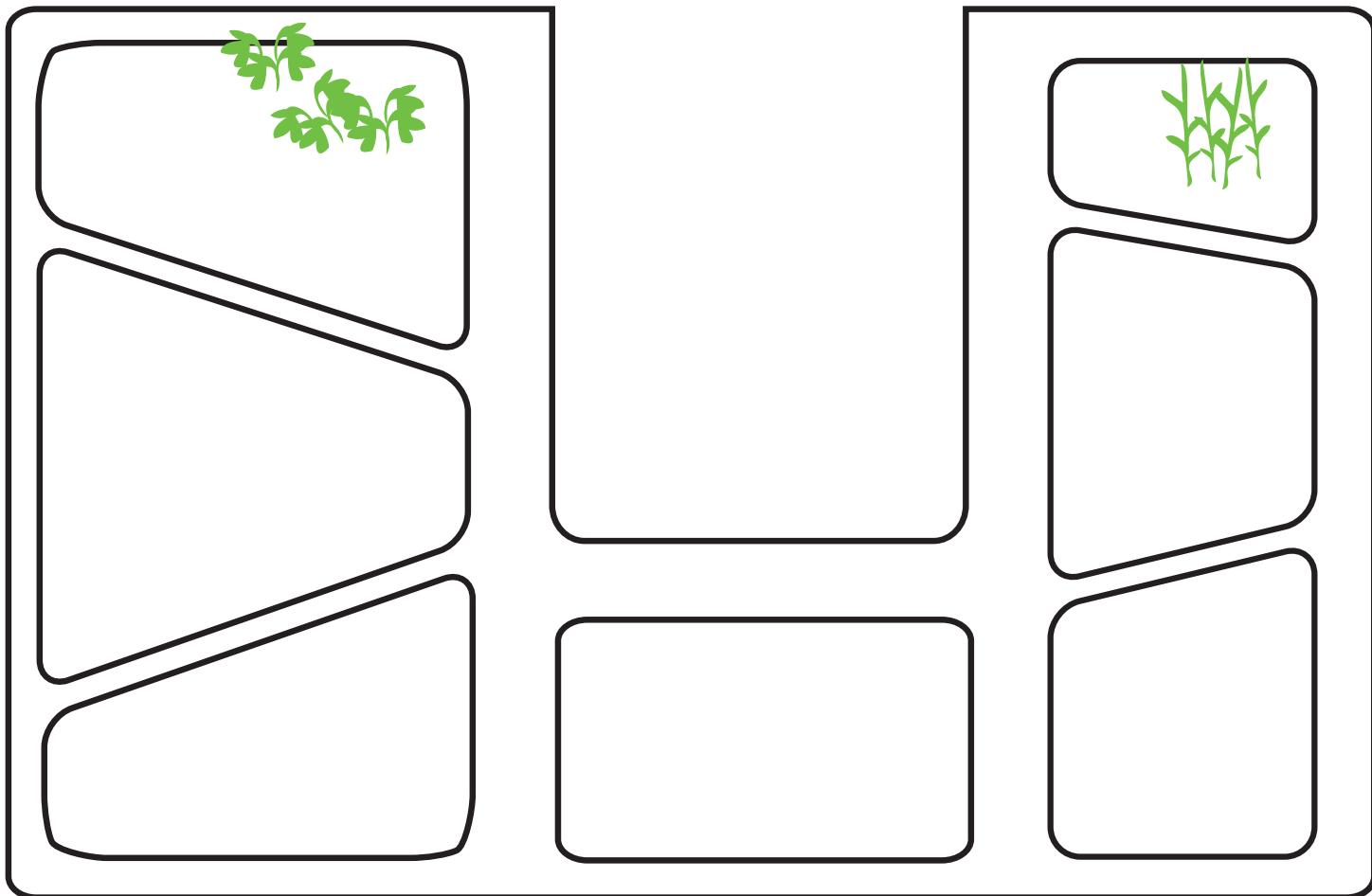


3. ¿Necesitas otras cosas de la cocina para hacer esta receta (un recipiente, cuchara, estufa)? Escribe los nombres o dibújalos abajo.



4. ¿Cómo mezclas tus ingredientes para hacer tu receta? Escribe o dibuja los pasos abajo.

Dibuja abajo las plantas en el jardín para tu receta.



## ¿Qué piensas?



¿Qué ingredientes son frutas, vegetales o hierbas?  
¿Qué ingredientes podrían cultivarse en el jardín?  
¿Cuáles comprarías en la tienda?  
¿Incluyen tus ingredientes raíces, tallos, hojas, flores o semillas?



Pregúntale a tu abuela, abuelo, tía, tío, o vecino sobre que comían cuando eran niños. ¿Dónde conseguían los ingredientes para su comida? ¿En un jardín? ¿En una granja? ¿En la tienda?

GrowingGreat es una organización no lucrativa en Los Ángeles con la misión de preparar a los niños para que escojan alimentos sanos a través de educación científica y cultivo prácticos. Para más actividades como esta, en español o inglés, envíen un correo electrónico a [info@growinggreat.org](mailto:info@growinggreat.org).

Escrito por Meghan Nealon

Ilustrado por Dennis Smith

Traducido por Jorge Escobar

Esta actividad fue creada en sociedad con Polar STEAM entre Yoko Kugo y Michael Koskey (equipo de investigación), Growing Great, y la comunidad Analktuvuk Pass.



© 2024 GrowingGreat