



Prueba la Cosecha del Mes de Febrero!

.....

Col Rizada

.....





Programa de Nutrición Infantil IDEA Febrero 2025 Cosecha del Mes

Pasta Rremosa De Col Rizada Y Champiñones



Ingredientes

- 1/4 taza de aceite de oliva
- 1 cucharada de ajo picado
- 8 oz de champiñones en rodajas
- 1/4 taza de harina
- 1 1/2 taza de leche evaporada
- 1 manojo de col rizada, limpia, sin tallo y picada
- Sal y pimienta al gusto
- 1 libra de tu pasta favorita, cocida

Instrucciones

1. Caliente una sartén mediana a fuego medio-alto y agregue aceite.
2. Al aceite caliente, agregue el ajo y cocine durante aproximadamente un minuto hasta que esté fragante.
3. Agregue los champiñones, revuelva y saltee.
4. Cuando los champiñones se hayan ablandado, agregue la harina y continúe mezclándola con los champiñones y el aceite en la sartén. Cocine por 3 minutos y baje el fuego a medio.
6. Con un batidor, mezcle la leche evaporada y continúe revolviendo hasta que la harina esté completamente incorporada. A medida que la salsa se cocine, comenzará a espesarse.
7. Mezcle la col rizada y la pasta cocida.
8. Continúe revolviendo los ingredientes hasta que la salsa se espese a la consistencia preferida
9. Cubra con queso parmesano recién rallada.

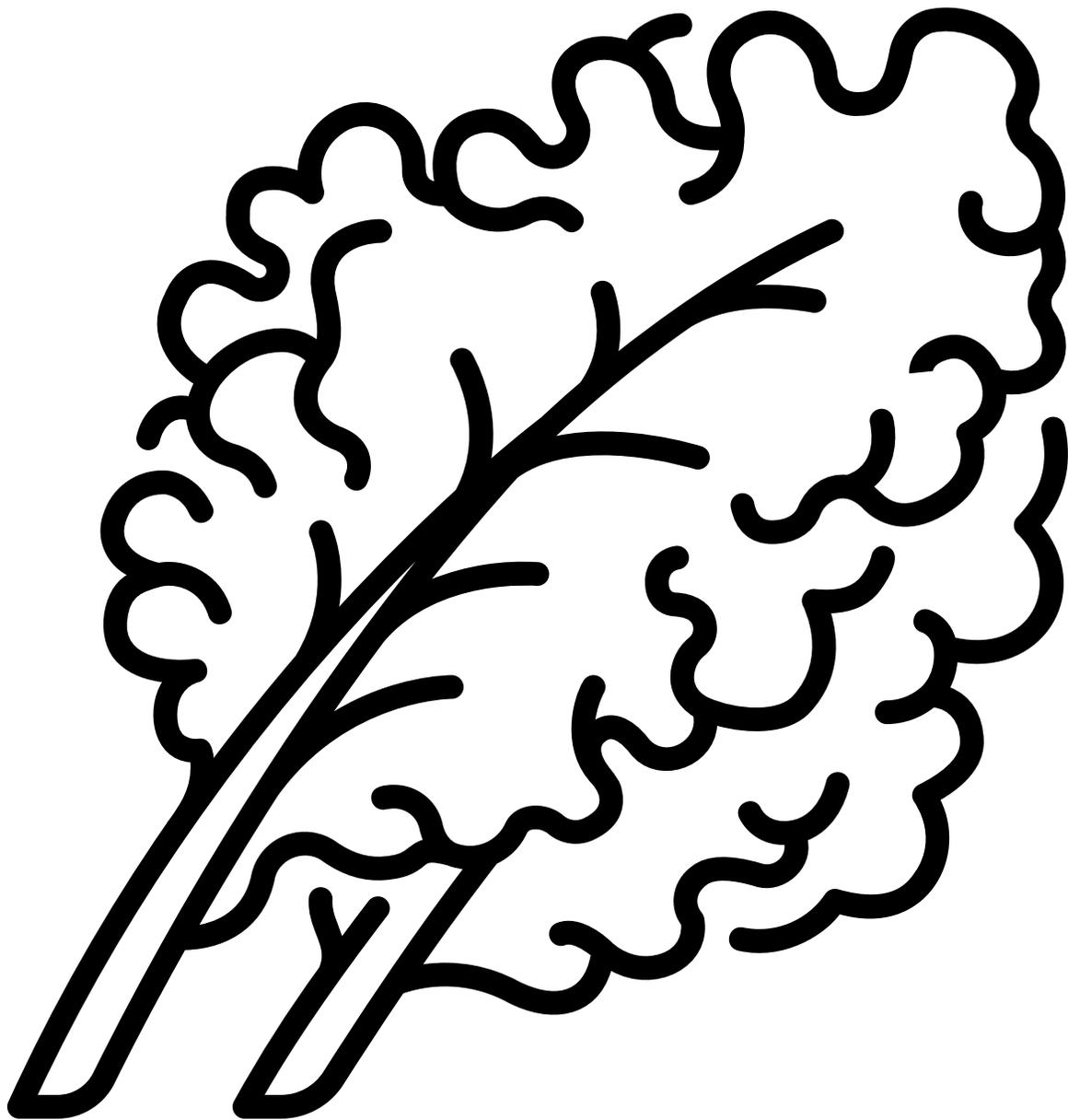
***Nota: La pasta se puede agregar fría o tibia

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades



Programa de Nutrición Infantil IDEA Febrero 2025 Cosecha del Mes

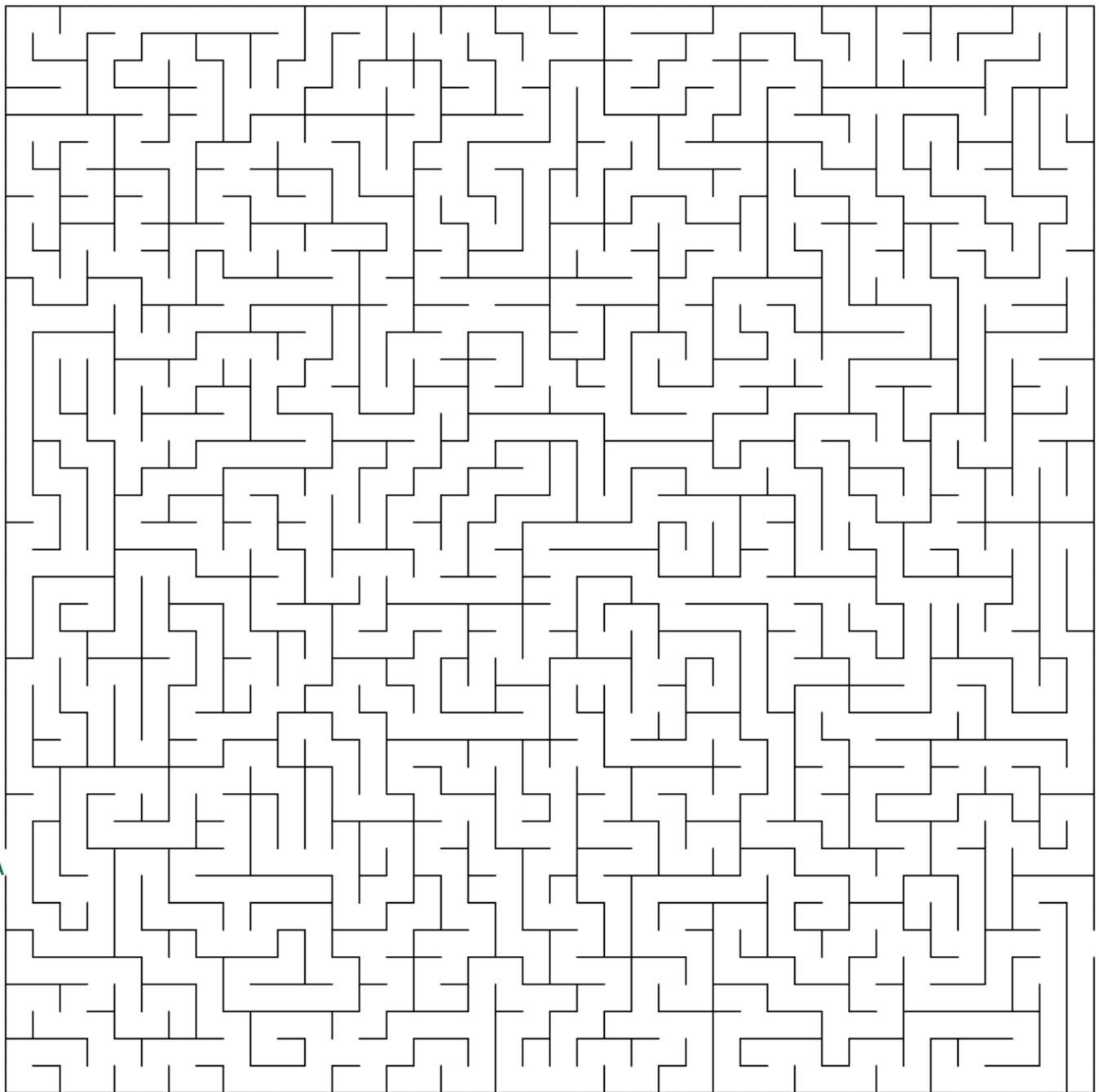
Actividad Para Colorear





Programa de Nutrición Infantil IDEA Febrero 2025 Cosecha del Mes

Direcciones:
Encuentra tu camino hasta la Col Rizada.



EMPIEZA





Programa de Nutrición Infantil IDEA Febrero 2025 Cosecha del Mes

Búsqueda de palabras

Direcciones:

- Encuentra las palabras relacionadas con Col Rizada en el rompecabezas.
- Las palabras pueden ir en cualquier dirección y pueden compartir letras cuando se cruzan entre sí.

Batido
Ensalada
Ondulado
Siberiano

Col
Fronroso
Rizada
Sopa

Cosecha
Guarnicion
Rojo
Verdura

R	O	J	O	C	P	E	M	L	P	A	A	D	A	Z	I	R	R	J	N
S	M	M	Y	Y	O	R	Z	L	A	O	D	P	Y	D	I	Z	L	Ó	P
H	I	H	B	G	P	J	B	H	V	N	U	A	A	R	S	I	I	N	K
T	J	B	Q	B	U	O	C	T	J	D	U	O	L	N	U	C	N	A	B
K	F	G	E	L	A	E	H	D	Q	U	G	K	V	A	A	W	A	Y	X
W	H	W	Q	R	S	A	B	B	F	L	Q	S	E	N	S	T	B	B	J
L	A	P	B	O	I	Y	D	C	S	A	G	C	R	B	L	N	A	U	D
F	P	T	C	Y	R	A	B	G	X	D	D	A	D	M	A	F	E	H	K
N	O	A	G	K	W	Q	N	F	T	O	U	I	U	D	R	T	J	E	U
B	S	N	U	J	Z	P	X	O	U	G	P	R	R	G	E	L	I	B	I
F	A	F	V	P	E	F	Q	G	Z	O	F	F	A	J	T	C	F	D	B
B	Q	L	X	V	C	F	R	O	N	D	O	S	O	L	D	W	Z	X	O
L	G	N	C	O	X	W	Y	U	H	Y	N	U	H	Z	F	G	S	N	I
R	S	Q	L	H	S	T	A	X	B	A	N	K	H	Q	O	I	L	R	X
N	M	T	K	D	L	Q	C	T	Q	W	D	S	M	D	P	Z	E	F	R



Programa de Nutrición Infantil IDEA Febrero 2025 Cosecha del Mes

Col Rizada

Direcciones:

¡Descifra las palabras relacionadas con la Col Rizada!

Palabra revuelta

Palabra descifrada

1. DATIOB
2. LOC
3. ASCCHOE
4. SLEANADA
5. FODRSNOO
6. IGAARCNUÓN
7. DLOAUNDO
8. IAZADR
9. RJOO
10. OSBIANER
11. ASPO
12. UARERDV

CLAVE DE RESPUESTA

- | | |
|---------------|---------------|
| 7. Ondulado | 1. Batido |
| 8. Rizada | 2. Col |
| 9. Rojo | 3. Cosecha |
| 10. Siberiano | 4. Ensalada |
| 11. Sopa | 5. Frondoso |
| 12. Verdura | 6. Guarnición |

Esta institución
es un Proveedor de Igualdad de Oportunidades.