

Eco-Escolas

Cozinhar em Família

Sobremesa:

Sumo natural de fruta em forma de gelado.

Memória descritiva:

Sumo natural de fruta:

Primeiro fui à bananeira de minha casa (banana bebé da Madeira) apanhar algumas bananas de um cacho já maduro. De seguida fui ao meu 2º campo (onde tem as árvores de fruta) apanhar uma laranja e uma pêra. Por fim, fui ao meu 1º campo apanhar uma cenoura. Desloquei-me até à minha cozinha e fui buscar a minha liquidificadora. De seguida cortei a fruta, aos pedaços, e coloquei-a na liquidificadora juntamente com aproximadamente 200ml de água. Finalmente, “transformei” a fruta/vegetal em sumo.

Forma de gelado

Em primeiro lugar, fui buscar as minhas formas de gelado, neste caso, formas de calipo. Aproveitei o meu sumo natural e coloquei-o nas formas. Levei-o até ao congelador e esperei vinte e quatro horas. Passado este tempo, fui verificar se já estavam sólidos, duros. De seguida foi só esperar um dia de calor para desfrutar do “gelado”.