

I cinque sensi in cucina



A tavola con.... L'olfatto

Per assaporare profumi che risvegliano l'energia e la vivacità, una fresca spremuta di agrumi. Prepara questa bibita sana per fare, insieme ai piccoli, un salto nei sentori vitaminici di arance, limoni e tocchi soffusi di menta fresca!

Bibita agli Agrumi

Ingredienti:

- ghiaccio
- arancia
- limone
- menta
- zucchero (facoltativo)
- acqua gassata

Spremere con uno spremi-agrumi un'arancia e un limone.

Poi con un colino filtrare il liquido, fino ad ottenere una bevanda senza fibre.

Prendere una brocca e riempirla di cubetti di ghiaccio, aggiungere la spremuta di agrumi e acqua gassata.

Assaggiare e, se troppo aspra, aggiungere un po' di zucchero.

Decorare le bibite con qualche fogliolina di menta fresca... per dare alla bevanda un fresco profumo d'estate!



Il trucco dello chef

Prendere dei bicchieri da bibita e inumidire il bordo con l'acqua.

Versare dello zucchero di canna in un piatto fondo, capovolgere il bicchiere e ruotare dolcemente il bordo nello zucchero.

Si creerà un delicato effetto granuloso sui bicchieri.

www.fiabepercrescere.it



PicCOLLAGE