

joc:
descobrim la
cuina catalana

Objectiu	Descobrir els principals ingredients de la cuina catalana
Edat dels participants	10-13
Material	Cartolines de dos colors, retoladors, paper d'embalar, precinte i blu-tack
Espai	Interior o exterior

Joc: descobrim la cuina catalana

Desenvolupament

Es tracta d'un joc de pistes per descobrir els principals elements de la cuina catalana d'una manera lúdica per als infants.

Es dividirà el grup en dos (aproximadament, uns 8 nens/es per cada grup). Cada grup tindrà un monitor/a de referència que haurà d'anar-lo guiant.

El joc començarà havent de buscar una sèrie de targetes amagades amb dibuixos o noms de diversos ingredients de plats catalans. Cada grup podrà agafar només els ingredients del color del seu grup (equip blau i taronja, per exemple. Aleshores, tots els ingredients d'un mateix grup estaran amagats en cartolines taronges o blaves).

Una vegada el grup hagi trobat els ingredients, haurà d'anar a trobar-se amb el seu monitor/a, i presentar-los-els. El monitor/a haurà de dir si en falten, i si és així els hauran de seguir buscant. Si no, podran començar a «preparar els plats».

El monitor penjarà sobre un mural de paper d'embalar el nom de tots els plats. Els nens/es hauran de penjar-hi, a sota, cadascun dels ingredients.

Si no ho encerten, els en falten o els en sobren, el monitor haurà d'anar donant pistes (es tracta d'un ingredient per arrebossar, és un ingredient molt dolç, etc.), i els infants hauran d'anar movent els ingredients fins que els quedin tots els plats cuinats.

Després, podem fer tallers de cuina i assaborir els plats (més endavant trobareu fitxes de tallers de cuina).

A continuació us presentem una sèrie de plats amb els seus ingredients, que per la manera de preparar-se i el tipus d'ingredients estan considerats cuina típica catalana.

Si voleu trobar més receptes de cuina catalana, podeu consultar la pàgina www.catalunya-lliure.com/receptes/

Bon profit!!!

Coca de Sant Joan: pasta de pa, llard, llardons, ou, sucre, pinyons, farina i oli.

Cargols a la llauna: cargols, all, julivert, oli, sal, pebre negre i allioli.

Bacallà amb samfaina: bacallà, pebrot verd, pebrot vermell, albergínia, carbassó, ceba, tomàquet, oli, sal, sucre i pebre negre.

Salsa Romesco: pebrots de romesco i bitxo secs, ametlles i avellanes torrades, alls, pa sec, aigua, oli i sal.

Ametlles garrapinyades: aigua, ametlles i sucre.



Escudella catalana: os de genoll de vedella, talls de cua de vedella, braó de xai, botifarra crua, cansalada grassa, os de l'espina, cua, orella, morro i peu de porc, pit de gallina, pedrer, potes, un tros de pernil ranci, mongetes seques, pastanaga, porro, api, xirivia, col, patata i nap.

Mar i Muntanya (Pollastre i llagosta): pollastre de pagès, llagosta, ceba, tomàquet madur, sal, pebre negre, oli i aigua, pinyons, alls, safrà i un carquinyoli.

Sopa de farigola: branques de farigola seca, pa sec, ametlles torrades, ou, sal i aigua.

Crema catalana: llet, ous, sucre, midó, canyella i pell de llimona.