

Actividades para los aperitivos

¡Una de las partes más importantes de una cena comunitaria exitosa es preparar y comer juntos un aperitivo! Nos hemos dado cuenta que a las familias les gusta reunirse y preparar algo entre todos para disfrutar juntos, y en particular los niños que se emocionan al probar algo que han ayudado a preparar.

Todos estos aperitivos son saludables, sabrosos y fáciles de hacer, aunque no disponga de instalaciones para cocinar.

Aunque hemos sugerido cierta selección de aperitivos con cada una de nuestras opciones de menú, siéntase en libertad de combinar y escoger los aperitivos que le parezcan los más divertidos para su evento.

Nota: cada receta es para una mesa de 6 a 8 personas.



Tzatziki (crema para untar de yogur griego y pepino)



Preparación

- 1 rallador pequeño
- 2 recipientes pequeños
- 6-8 cucharas pequeñas
- Varias servilletas
- 1 recipiente o plato con rodajas de limón
- 1 plato con condimento: 1 cda. de ajo picado finamente, 1 cda. de sal, 1 cda. de pimienta negra molida
- 1 plato con medio pepino cortado a lo largo y luego picado en 2 o 4 pedazos
- 1 taza de yogur
- 1 plato con triángulos de pan pita
- 1 plato de vegetales crudos: palitos de zanahoria y apio, tiras de pimiento y tomates cherry

Receta/Instrucciones para la actividad

1. ¡Primero dirija a los grupos a que se laven las manos!
2. Pida a cada grupo que ralle los trozos de pepino.
3. Pida a los participantes que pongan el pepino rallado en servilletas.
4. Muestre cómo exprimir el pepino sobre uno de los recipientes pequeños para eliminar el exceso de líquido.
5. Dirija a cada grupo a que añadan el pepino al recipiente que tiene yogur.
6. Indique a los participantes que agreguen el ajo poco a poco, la sal, la pimienta y el jugo de limón, revolviendo bien y probando hasta conseguir la mezcla de su gusto.
7. ¡Disfruten el tzatziki como crema para untar sobre el pan pita y los vegetales!



THE FAMILY DINNER PROJECT

Su guía para ser anfitrión de una cena comunitaria