



## No Todas las Manzanas son Iguales

Muchas frutas y verduras, como las manzanas, la calabaza dulce, los frijoles, los chícharos y las peras, se presentan en distintas variedades. Además, cuando los alimentos se procesan (se cocinan, hornean, secan o prensan), su textura y sabor cambia. Realice estos experimentos de sabor para ayudar a los niños a investigar y comparar manzanas frescas y productos elaborados con manzanas.

### Escoge un Color: Rojo, Verde o Amarillo

Necesitará una cantidad suficiente de manzanas rojas (Rome, Gala, Macintosh), verdes (Granny Smith) y amarillas (Golden) para que cada niño tenga una muestra pequeña.

- Distribuya las manzanas enteras. Guíe a los niños para que las comparen en función de sus semejanzas (todas son manzanas) y diferencias (color, forma, tamaño).
- Pida a los niños que se laven las manos y ayúdelos a lavar las manzanas. Un adulto puede pelar las manzanas y cortarlas en trozos del tamaño de un bocado. Se recomienda no pelar las manzanas para que los niños puedan distinguirlas por el color.
- Dé a los niños la oportunidad de probar cada tipo de manzana, pero no les exija probar los tres tipos de manzanas a quienes no les gusten. *Recuerde observar a los niños durante las comidas. Los niños pequeños, en especial los de 2 y 3 años, corren el riesgo de atragantarse con la comida.*
- Anote las preferencias de los niños en una tabla o haga una gráfica como la que se muestra a continuación y entregue a cada niño un cuadrado de papel (rojo, verde o amarillo) para que lo coloque en la columna correspondiente. Hablen sobre la gráfica. ¿Qué color de manzanas prefirieron la mayoría de los niños?

### Escoge tu Alimento de Manzana Preferido



En un segundo experimento de sabor, compare productos elaborados con manzanas, por ejemplo, jugo de manzana, salsa de manzanas y bollos inglés de manzana. Use el mismo procedimiento que siguió para comparar las manzanas frescas; haga una tabla o gráfica titulada “Alimentos de manzana preferidos”. Hablen sobre las diferencias entre estos productos (uno es líquido, otro es una salsa y otro un pan) y cómo se procesan las manzanas para elaborarlos (se exprimen para hacer jugo, se cuecen para hacer puré y se mezclan con harina, azúcar, huevo y especias para hornearlas y hacer los bollos).

TABLA DE MANZANAS PREFERIDAS

