



Recetas para Niños

Galletas de pan de jengibre

Prepárese para usar todos sus sentidos mientras hace las galletas de pan de jengibre. Tal vez le convenga distribuir esta actividad entre dos días; un día para mezclar y enfriar, el siguiente para cortar, hornear y decorar. Durante todo el proceso asegúrese de ayudar a los niños a que usen sus sentidos. ¿Qué están oyendo, oliendo, tocando, viendo y saboreando? Tal vez le convenga hacer un gráfico que enumere algunos de los comentarios de los niños para compartir con las familias. No olvide enviar una copia de la receta a cada casa para que las familias la disfruten.

Comience por lavarse las manos.

Necesitará:

- 1 taza de azúcar
- 1 cucharadita de jengibre
- 1 taza de grasa para freír (o 2 panes de margarina)
- 1 cucharadita de clavo de olor
- 1 cucharadita de nuez moscada
- 2 huevos*, u otro producto de reemplazo
- 2 cucharaditas de canela
- 1/2 taza de melaza
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 3 tazas de harina común
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 taza de harina de trigo entero

Mezcle el azúcar y la margarina formando una pasta cremosa. Luego agregue los huevos y la melaza. En un tazón aparte, tamice juntos los ingredientes secos. Luego mezcle los ingredientes secos con los húmedos. Cubra y deje enfriar unas 3 horas o hasta que la masa sea fácil de trabajar. Si hace esto en 2 días, retire la masa del refrigerador 1 hora antes de que los niños comiencen a extenderla.

Sobre una superficie levemente enharinada, extienda la masa con un grosor de 1/8 de pulgada. Usando el cortador con forma de niño (o niña) de pan de jengibre, corte la masa con esas formas. Ubique las galletas crudas a 1 pulgada de distancia entre sí sobre placas engrasadas para hornear.

Coloque en el horno a 350° durante 9 a 10 minutos o hasta que los bordes estén ligeramente dorados. Deje enfriar en las placas 1 minuto. Retire las galletas y enfríe sobre rejillas de alambre. ¡No olvide decorar!

Sugerencia para hornear: Use papel de pergamino (se encuentra en la sección para horno de la tienda) para poder poner etiquetas y separar la galleta de cada niño mientras hornea.

Ideas para decorar

- Antes de hornear, aumente el volumen de las pasas en agua caliente para decorar las galletas. Antes de hornear también puede introducir a presión nueces tales como rebanadas de almendras y trozos de avellanas en las galletas.
- Una vez que las galletas estén frías, los niños pueden extender una capa fina de mantequilla de maní, cobertura o queso cremoso. Agregue nueces trozadas, pasas o trozos de frutas deshidratadas para formar la cara y los botones. Coma pronto si usa queso cremoso.
- Omita las decoraciones y sumerja las galletas en yogurt, budín o puré de manzanas a la hora de la merienda.



* Sea cauteloso al manipular huevos crudos.

Existe un riesgo mínimo de que la salmonela (una bacteria) haya contaminado los huevos crudos; por lo tanto, nadie debe chupar la o las cucharas que se utilicen durante la preparación. Si considera que los niños no serán capaces de seguir esta regla, utilice huevo en polvo o algún sustituto.