



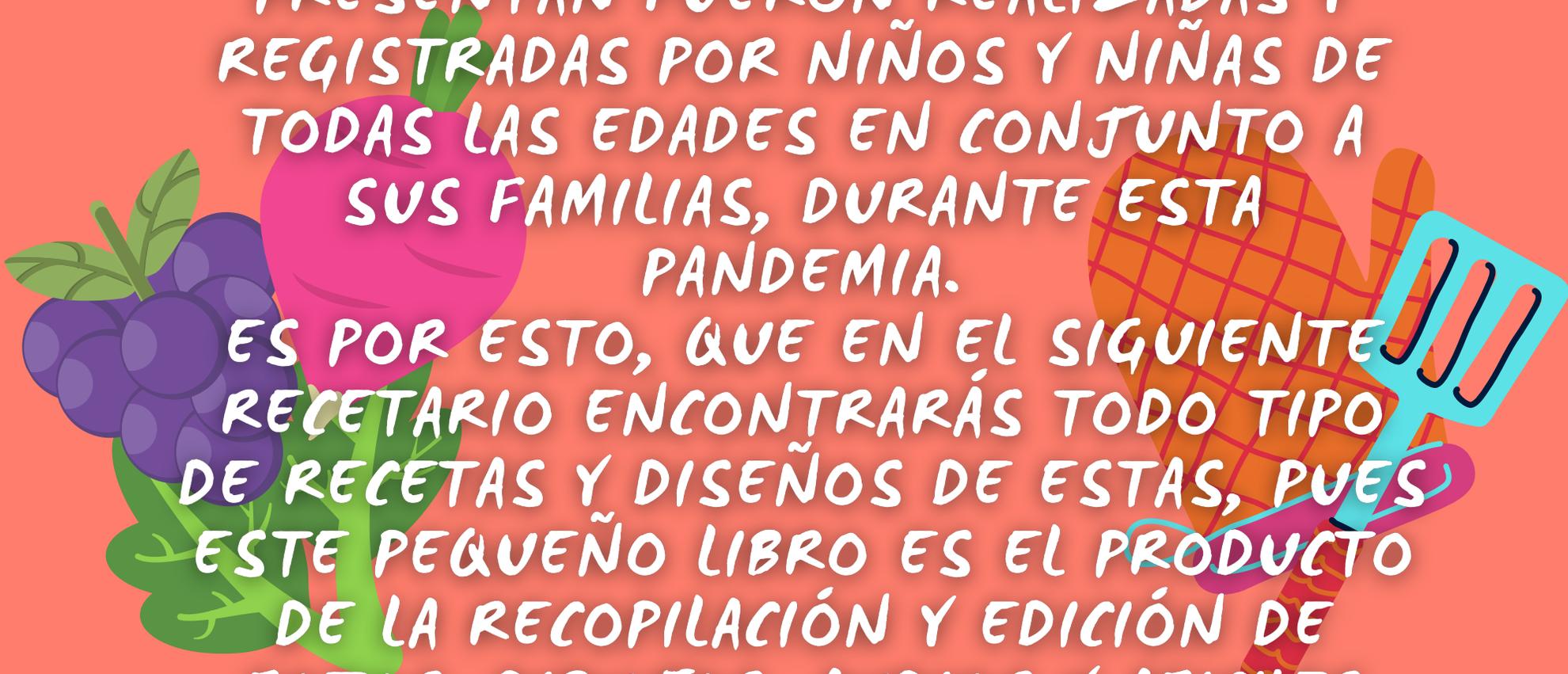
MUSEO DE HISTORIA
NATURAL DE VALPARAÍSO



RECETARIO INFANTIL

LAS SIGUIENTES RECETAS QUE AQUÍ SE PRESENTAN FUERON REALIZADAS Y REGISTRADAS POR NIÑOS Y NIÑAS DE TODAS LAS EDADES EN CONJUNTO A SUS FAMILIAS, DURANTE ESTA PANDEMIA.

ES POR ESTO, QUE EN EL SIGUIENTE RECETARIO ENCONTRARÁS TODO TIPO DE RECETAS Y DISEÑOS DE ESTAS, PUES ESTE PEQUEÑO LIBRO ES EL PRODUCTO DE LA RECOPIACIÓN Y EDICIÓN DE FOTOS, DIBUJOS, AUDIOS Y AFICHES ELABORADOS Y ENVIADOS POR QUIENES PARTICIPARON DE ESTA EXPERIENCIA



RECETAS

1. HUEVO FRITO, ALONSO, 10 AÑOS
2. BIZCOCHITOS SALADO, SEGUNDO
3. BROCHETAS DE FRUTAS, JOSÉ PEDRO, 2 AÑOS
4. PANQUEQUES, AMANDA, 11 AÑOS
5. LA TORTUGA HUEVO, MAGDALENA
6. BROWNIE, BENJAMIN, 9 AÑOS
7. PIZZA, EMILY, 5 AÑOS
8. TOMATES RELLENOS, SANTIAGO, 8 AÑOS
9. TARTAleta VEGANA DE FRUTILLA, BALTAZAR, 3 AÑOS
10. BOLITAS DE MANJAR, LEONOR, 8 AÑOS
11. PAN CON MANTEQUILLA Y SALAME, BENJAMÍN, 4 AÑOS
12. PELANDO HUEVOS DUROS, SANTIAGO, 1 AÑO
13. GALLETAS DE CANELA, JENGIBRE Y MIEL, EMILIO
14. PICNIC, ELISAM, 3 AÑOS
15. PIE DE LIMÓN, GASPAR, 3 AÑOS
16. PIZZA, DOMINGA, 3 AÑOS
17. MASHMELOWS CON CHOCOLATE, GABRIEL, 6 AÑOS
18. ÑOQUIS DE PAPA, CLEMENTE, 8 AÑOS
19. COCADAS DE HARINA DE AVENA, MANÍ Y DÁTILES, AMALIA
20. GALLETAS, DIEGO
21. SUPER DESAYUNO, MANUEL Y JULIÁN
22. MUGCAKE, LAURA DE 5 AÑOS Y ELOISA DE 3 AÑOS



HUEVO FRITO



ALONSO RECABAL,
10 AÑOS

LOS INGREDIENTES SON:

EL HUEVO, SAL Y ACEITE



"HOLA SOY ALONSO Y LA RECETA QUE HE APRENDIDO EN LA CUARENTENA HA SIDO HUEVO FRITO"

"LO PRIMERO QUE TIENES QUE HACER ES PONERLE ACEITE AL SARTÉN Y PRENDER LA COCINA

ESPERAR UN MINUTO, YO ESPERO UN MINUTO A QUE SE CALIENTE EL ACEITE O UN POCO MENOS, Y PONGO EL HUEVO

EL FUEGO NO LO PONGO LO MAS BAJO PERO LO PONGO UN POCO MENOS DE LA MITAD PARA QUE SE HAGA MÁS RÁPIDO Y CUANDO YA LE FALTA MUY POCO LE PONGO UNA PIZCA DE SAL

ME DOY CUENTA DE QUE ESTÁ FRITO CUANDO EL HUEVO POR LAS PARTES DE LOS LADOS YA ESTA MUY QUEMADITA, POR LAS PUNTAS, ES QUE EL HUEVO ES CIRCULAR, EN LA PUNTA, EN LA CIRCUNFERENCIA ESTÁ COMO QUEMADITA MEDIA CAFECITA AHÍ ES PORQUE YA ESTÁ LISTO".



"EN UN MOMENTO DE LA CUARENTENA ME DIERON MUUCHAAS GANAS DE COMER HUEVO FRITO ASI QUE APRENDÍ A HACER Y AHORA SIEMPRE EN LAS MAÑANAS COMO"





BIZCOCHITOS SALADOS

SEGUNDO MATTIAZZO



BIZCOCHITOS SALADOS

200 GRAMOS DE CREMA
200 GRAMOS DE HARINA 0000
1 CUCHARADA DE SAL
40 GRAMOS DE QUESO RALLADO

UNIR TODOS LOS INGREDIENTES, ESTIRAR,
CORTAR LOS BIZCOCHITOS Y LLEVAR AL
HORNO (PRECALENTADO) 180 GRADOS
DURANTE 10-15 MINUTOS APP.

Y LISTO!!! A COMER



ingredientes Y MATERIALES





BROCHETA DE FRUTAS

**José Pedro
2 años**

INGREDIENTES Y MATERIALES:

- **TODAS LAS FRUTAS QUE ENCUENTRES EN TU CASA**
- **PALOS DE BROCHETA**



1°

**CON LA AYUDA DE ALGÚN/A ADULTO/A
CORTA LA FRUTA
EN PEQUEÑOS
TROZOS**

2°

**INTRODUCE LA
FRUTA EN LOS
PALOS DE
BROCHETA**

PANQUEQUES

Preparación

Para comenzar nuestra receta de panqueques debemos poner la leche junto a los huevos en una licuadora.

Luego, debemos vaciar la mezcla obtenida en un bowl, añadir la harina, la cucharadita de aceite y mezclar bien.

El siguiente paso es calentar un poco de aceite en un sartén (ojalá de teflón) y cubrir con nuestra mezcla toda la superficie, dorar por ambos lados*, retirar y dejar enfriar.

Así, cuando ya terminamos de preparar toda la mezcla, podemos comenzar a rellenar los panqueques. Para hacerlo, debes agregar la cantidad de manjar que desees y enrollar.

Finalmente puedes decorar de dos formas: espolvoreando los panqueques con azúcar flor o disolviendo con leche un poco de manjar para trazar líneas sobre los



A
M
A
N
D
A

11 AÑOS

PREPARACIÓN

- 1- Lavar bien nuestras manitos
- 2- En el plato bajo poner las hojitas de lechuga o verdura verde (ya lavada) para hacer el suelo de nuestra tortuga huevo
- 3- En un pocillo moler dos huevos duros y mezclar con la mayonesa o leche
- 4- Cortar por la mitad las salchichas (ya cocidas) y en una punta de cada trozo de salchicha hacer dos cortes.
- 5- Montar sobre la camita verde la mezcla del huevo duro molido con mayonesa/leche en forma de cuerpo de tortuga
- 6- El tercer huevo duro será su cabeza
- 7- Coloca los círculos de los alimentos que encuentre en casa y da forma a los ojos
- 8- La tirita de pimentón será su boca
- 9- Finalmente cada trozo de salchicha ponerlas en forma de patitas junto al cuerpo de nuestra tortuga... (yo no me aguante y tuve que probar una patita)
- 10- Que la disfruten!!

LA TORTUGA HUEVO

INGREDIENTES:

- 3 Huevos duros
- 2 salchichas cocidas
- Mayonesa o Leche
- Ramas de lechuga o verdura verde
- 1 tira de pimentón
- 2 círculos de pepino o zapallito italiano y 2 círculos de aceituna (se pueden reemplazar por otro alimento que tenga en casa).



IMPORTANTE:

Tener cocidos los huevos y salchichas.
Un plato bajo, tenedor y un pocillo para moler los huevos.

MAGDALENA

BROWNIE

BENJAMÍN AROS
ZUÑIGA
9 AÑOS

"Aquí voy a explicar la
receta del brownie
Lo ideal es que sea en
una taza"



¡¡ YA COMENZAMOS !!

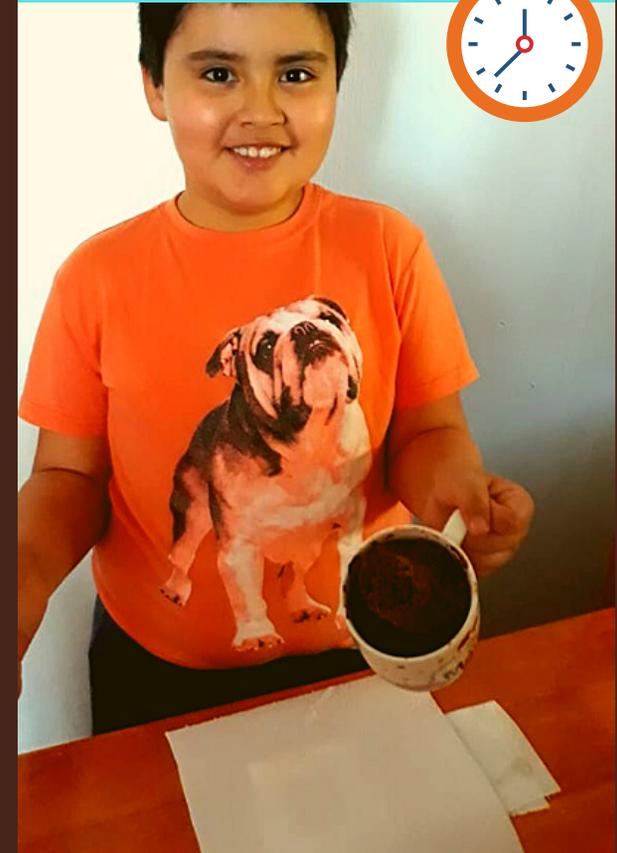


1 HUEVO
1 CUCHARA DE LECHE
1 DE MANTEQUILLA
2 DE HARINA
3 DE AZÚCAR

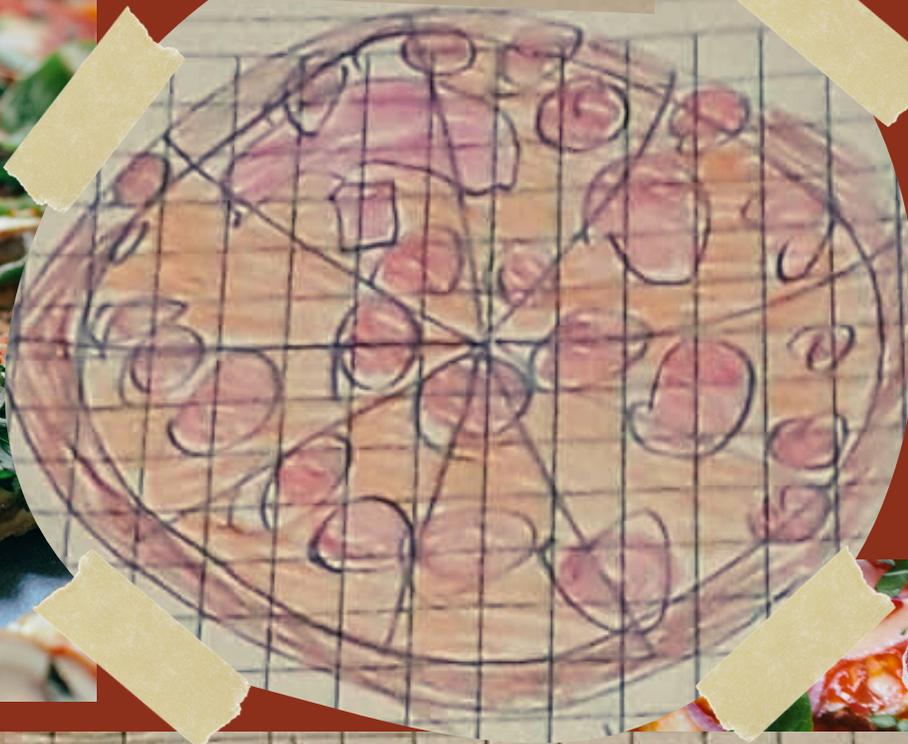


3 CUCHARADAS DE
CHOCOLATE
(LO IDEAL DEL
CHOCOLATE ES QUE
SEA EN POLVO)

"Se mezcla bien mezclado
sin que queden grumos y ya
cuando no quedan grumos y
ya están todos los
ingredientes mezclados se
mete al microondas por un
minuto y medio"



Receta Pizza



EMILY
FUENTES
5 AÑOS

Ingredientes: salsa de tomate, orégano,
jamón, queso, salame,
tomate, champiñones, masa
de pizza.

Preparación: Sobre la masa de pizza
poner salsa de tomate,
luego agregar el queso y
después poner todos los
demás ingredientes.

**SANTIAGO,
7 AÑOS**



**TOMATES
RELLENOS**
2 TOMATES GRANDES
UNA TAZA DE LOMITOS DE
ATÚN PICADOS.
1/2 TAZA DE CEBOLLA PICADA.
2 CUCHARADAS DE HOJAS DE
PEREJIL PICADO.

ACEITE DE OLIVA Y SAL.
2 CHARADAS DE MAYONESA.
1 CHORRITO DE JUGO DE
LIMÓN.
HOJAS DE LECHUGA.
CILANTRO Y PEREJIL.
HUEVOS DUROS



INGREDIENTES



¡Y LISTO!

Y se hacen miguitas con harina, media taza de harina, un cuarto de azúcar y una cucharada de mantequilla. Se mezcla todo hasta hacer miguitas y esas miguitas se le ponen encima a la mermelada y se vuelve a meter al horno 15 minutos hasta que las miguitas estén media doraditas.

Después se pone en un molde aceitado y se mete al horno 25 minutos hasta que se dore, después se saca y se pone la mermelada encima.

Se mezclan todos los ingredientes y se hace una masa. Se amasa y se deja reposar un ratito.

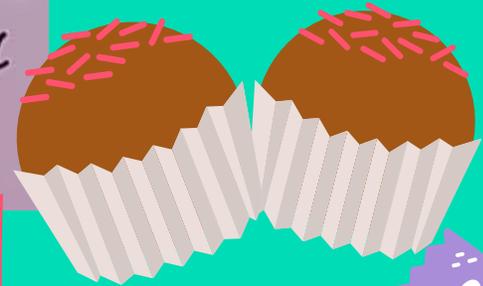
"ESTA ES UNA TARTAleta VEGANA DE FRUTILLA"

BALTAZAR VALENZUELA 3 AÑOS

"me gusta mucho el pastel de la frutilla porque, porque me gusta la frutilla, mucho mucho"

Bolitas de Manjar por Leonor.

8 años



Proceso

1. moler galletas.

2. mezclar galletas con el manjar.

3. hacer las bolitas.

4.

Bolitas de Manjar por Leonor.

Ingredientes

1. galletas de vino.

2. manjar.

3. coco.

Proceso

1. moler galletas.

2. mezclar galletas con el manjar.

3. hacer las bolitas.

4.

Ingredientes

1. galletas de vino.

2. manjar.

3. coco.

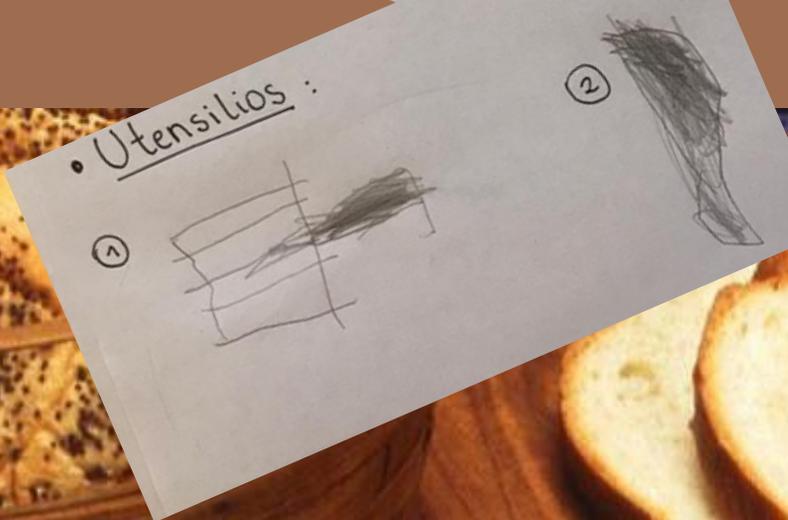
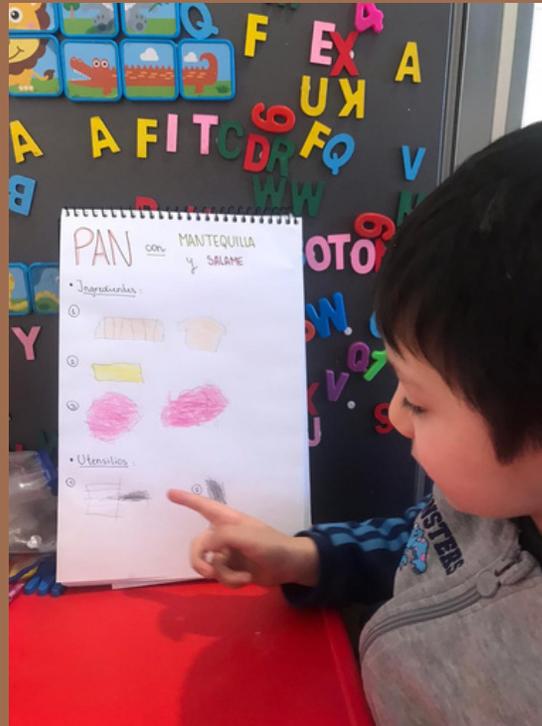
PAN

con

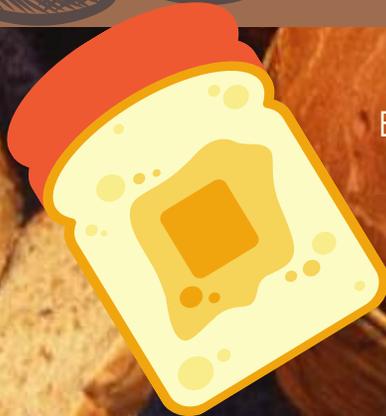
MANTEQUILLA
y SALAME

¿qué necesitas para
hacer pan con
mantequilla?

PAN, MANTEQUILLA,
SALAME, SALAME,
TOSTADOR Y CUCHILLO



BENJAMÍN ZAMBÓN SANTIS
4 AÑOS

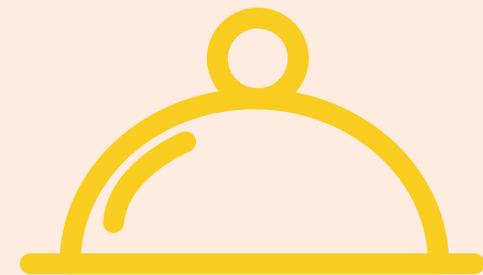
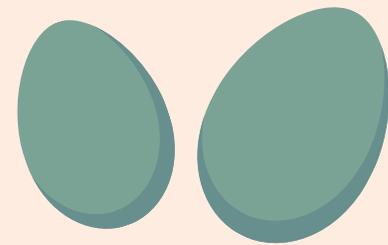
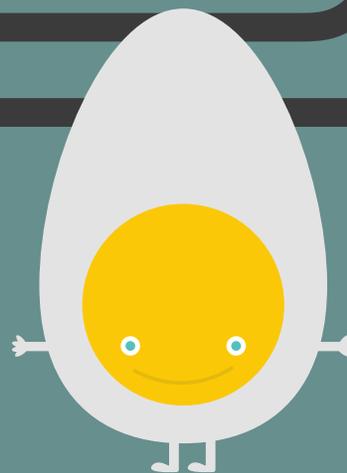


- “ 1. Elige el huevo mas lindo.
2. Lava el huevo en el chorro de agua.



3. Pon agua en una olla hasta que quede cubierto.
4. Pide a un adulto que prenda la llama.
5. Espera 19 minutos. ”

¡A pelar el huevito duro!



PELANDO HUEVOS DUROS

Santiago
1 año



GALLETAS DE JENGIBRE, CANELA Y MIEL

1. Batir la mantequilla junto a la azúcar
2. Agregar huevo y miel a la mezcla y seguir batiendo
3. Agregar harina, jengibre y canela previamente colados.
4. Separa la masa en dos , envuélvela en papel plástico y dejar reposar 15 min en el refrigerador.
5. Estirar la masa con rodillo 6mm y dejarla 20 min en el congelador .
6. Cortar la masa con el molde que mas te guste.
7. colocar las galletas sobre papel mantequilla dispuesto en la bandeja del horno con 2cm de separación.
8. Hornear las galletas a 180°c por 15 minutos o hasta que se doren los bordes .
9. Una vez lista , sacalas y dejalas enfriar 5 minutos.
10. Decora con glaseado y a disfrutar!!!

INGREDIENTES



EMILIO



Picnic

Elisa 3 años



Receta pie de limón

GASPAR
3 AÑOS



1

Masa:
1 taza de harina
1 huevo
1 ½ cucharada aprox de
mantequilla
1 pizca de sal y otra de
azúcar



2

Relleño:
1 tarro leche
condensada
2 a 3 limones (jugo)

Merengue:
Clara de 2
huevos
Azúcar

3

PIZZA

Dominga
3 años



MASHMELOWS CON CHOCOLATE

Gabriel Recabal
6 años



"TIENES QUE
PONER UNA
OLLA DONDE
PONER LECHE DE
CHOCOLATE O
LECHE BLANCA Y
LE PONER
COCOA Y
DESPUÉS UNA
VELA ABAJO"

"Despues le pones los
palitos para pinchar los
mashmelows, echas los
mashmelows ahí o los
tienes en una bandeja,
los tomas los insertas
con el palito los untas en
la leche de chocolate o
la leche de cocoa y
despues te los comes"





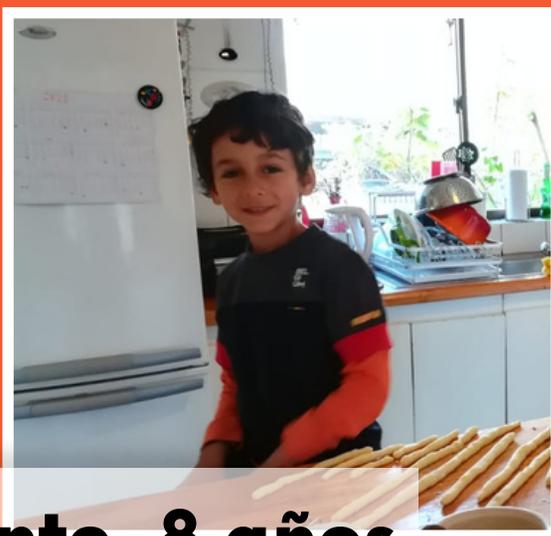
Ingredientes

Para 4 personas:

1 kilo de papas, ojalá de las grandes

1/4 taza de huevo batido (aproximadamente 2 huevos)

1 taza de harina sin polvos de hornear sal



Clemente, 8 años

Preparación

En una olla poner agua fría y las papas con cáscara, agregar sal. Cocinar a fuego medio-alto, una vez que suelte el hervor, bajar el fuego de modo que sigan hirviendo suavemente. Cocinar hasta que las papas estén cocidas y las puedan atravesar fácilmente con un cuchillo de mesa. Sacar las papas con una espumadera, reservar el agua de la cocción. Pelar las papas apenas puedan sin quemarse y molerlas formando un puré sin grumos. Hacer un volcán con el puré y colocar el huevo al centro y espolvorear 3/4 taza de harina. Mezclar usando las manos o una cuchara de palo, la idea es lograr una masa húmeda, pero no pegote y liviana. Dividir en 8 porciones y rodar formando cuerdas, cortar de dos cm de largo cada ñoqui. Espolvorear con harina o semolina. Darle las indentaciones típicas usando los dientes de un tenedor. Calentar el agua, una vez hirviendo empezar a agregar los ñoquis unos 20 cada vez, dejar cocinar en el agua hirviendo hasta que salgan a la superficie y floten. Sacar con una espumadera e irlos agregando a una sartén o plato con salsa de tomates o pesto.



Ñoquis de papa

“

HOLA NIÑOS HOY VOY A
COMPARTIR MI RECETA
BUENO SON COCADAS DE
AVENA. ”

LOS INGREDIENTES SON:

1 taza de avena molida o
puede ser entera

1/2 taza de maní sin sal
diez dátiles remojados por
una hora en agua caliente,
y luego coco rallado



LO PRIMERO
QUE VAMOS A
HACER ES
PONER LA
AVENA CON EL
MANÍ, AHORA
YA ESTAMOS
PROCESANDO
ESTO

AHORA TENGO TODO
PROCESADO, LA
AVENA Y EL MANÍ Y
AHORA VAMOS A
ECHAR LOS DÁTILES
SIN AGUA. SI
NECESITAN
INCORPORAR UN
POCO DE AGUA LO
PUEDEN HACER



UNA VEZ QUE
TENGAMOS TODO
PROCESADO LO
INCORPORAMOS
Y COMENZAMOS
A HACER LAS
BOLITAS UNA
VEZ QUE YA
TENGAMOS LAS
BOLITAS LAS
PASAMOS POR
COCO RALLADO



Y DESPUÉS BUALÁ!
DESPUÉS A COMER!!

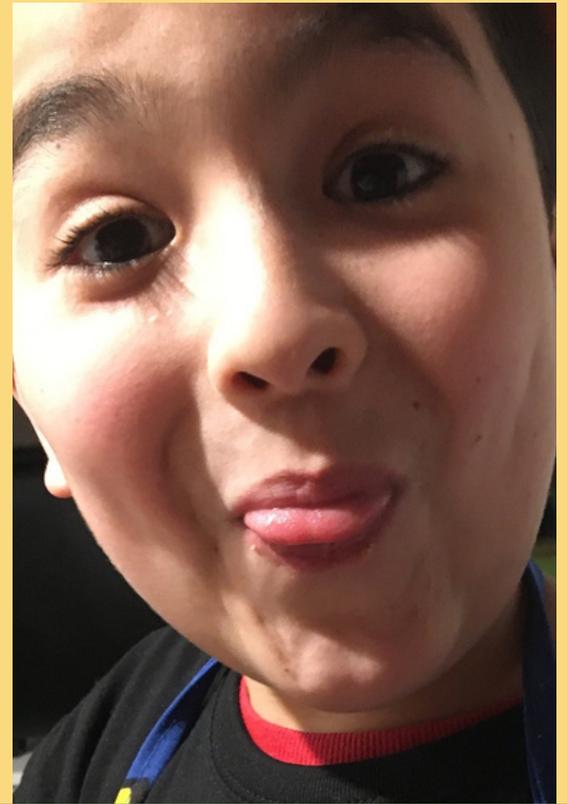


COCADAS DE HARINA DE AVENA MANÍ Y DÁTILES



AMALIA





Galletas

**DIEGO
MORALES**





Mezclas todos los ingredientes y listo!



Recuerda que las cáscaras no son basura, puedes compostarlas y así tener una rica tierra para tus plantas o huerta



*Elige tus frutas favoritas
Cereales
Avena
Opcional: pasas, frutos secos, coco y lo que se te ocurra*

Super desayuno



Manuel y Julián

INGREDIENTES

2 cucharadas de
mantequilla derretida
3 cucharadas de azúcar
granulada
1 huevo
1 cucharadita de vainilla
2 cucharadas de leche
líquida
6 cucharadas de harina
½ cucharadita de polvos
de hornear

PARA DECORAR (OPCIONAL):

Frosting, merengue, glacé
Mostacillas

Delicioso y exquisito mugcake



LAURA 5 AÑOS
ELOISA 3 AÑOS

PREPARACIÓN

En un bowl colocar la
mantequilla derretida y
azúcar y revolver.
Agregar el huevo, leche y
la vainilla y seguir
revolviendo.
Luego la harina y polvos
cernidos y mezclar hasta
que todo esté integrado.
Dividir la mezcla en 2
tazas y llevar al horno
microondas por
aproximadamente 1
minuto.



Si tu
preparación
sigue
líquida
colocala
en el
microondas
30
segundos
más.

AGRADECEMOS EL ENTUSIASMO
DE TODAS Y TODOS LOS
PEQUEÑOS CHEFS QUE
PARTICIPARON DE ESTE
RECETARIO

¡¡ ESPERAMOS DISFRUTEN
ESTAS DELICIOSAS
RECETAS !!

