

Jornada cultural **SERUNION**

Rincón de lectura

Jugando con las
palabras

Ruta de museos

 Prepara tu menú especial “Día del libro”

 Crea un disfraz casero de personajes de cuento en familia
y haz un *photocall*. compártelo con nosotros en las RR.SS

#serunioneduca

Balcón de poesía

Cientifi@s

Juegos con mates

 **¡Tenemos un plan!**
Haz click en cada balcón y disfruta del plan
cultural que más te guste

SERUNION

Menú especial de las letras

Música para educar

Para empezar...

Ensalada a la rica inicial

~Un primero~

Sopa de letras

~El segundo~

Libritos de Berenjena o calabacín

~Un postre~

Milhojas con topping de frutas

Cortos para pensar

Video-contes en valencià

Nuestro equipo de nutrición te propone un fantástico menú inspirado en el maravilloso mundo de las letras.

Balcón de artistas



Ensalada tu inicial

Prepara una ensalada con la inicial de tu nombre.



Sopa de letras

Ingredientes para 4 personas:

- Pasta de letras (200 gr.)
- Patatas (200 gr.)
- Zanahoria (200 gr.)
- Apio (una ramita)
- Caldo pollo casero (500 ml.)
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal



Preparación:

Lava las verduras. Pela las zanahorias y las patatas. Córtalas en dados pequeños junto con el apio y reserva.

En una cacerola echa las verduras y el caldo de ave o pollo y riega con un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Cocina 15 minutos a partir de que empiece a hervir.

Incorpora la pasta de letras y cuece unos minutos más. El tiempo exacto de cocción lo encontrarás en el paquete. Sigue siempre las recomendaciones del fabricante y tendrás la pasta en su punto perfecto.

Una vez que todo esté cocido echa sal al gusto. Recomendamos no salar demasiado ya que normalmente los alimentos ya llevan sodio suficiente que sustituye la cantidad de sal necesaria.

Libritos de berenjena o calabacín

Ingredientes para 4 personas:

- 2 berenjenas o 3 calabacines
- 8 lonchas de jamón york
- 8 lonchas de queso
- 1 lata de cerveza
- 5 cucharadas de harina
- 1/2 sobre de levadura química
- Sal, pimienta negra y aceite



Preparación:

En primer lugar, preparamos el rebozado. Para ello mezclamos con una batidora media lata de cerveza, con la harina y la levadura.

Batimos bien. Nos tiene que quedar espeso, parecido a unas natillas. Dejamos reposar.

Mientras, cortamos las berenjenas o los calabacines en rodajas de 1/2 cm. Cortamos también unas rodajas de jamón y queso del mismo tamaño que las rodajas de berenjena.

Salpimentamos y montamos en forma de librito (berenjena o calabacín, jamón, queso y berenjena o calabacín).

Ponemos en una sartén aceite y calentamos. Introducimos los libritos en el rebozado y freímos a fuego medio hasta que coja un color dorado.



Vida saludable con
Serunion

Milhojas de nata con *topping* de frutas

Ingredientes milhojas para 8 personas:

1 placa de hojaldre rectangular

Para la crema:

- 1/2 litro de leche entera
- 2 yemas y huevo
- 40 gr de almidón de maíz o maicena
- 125 gr de azúcar
- 1 cucharadita de esencia de vainilla



Para el glaseado:

- 115 gr de azúcar glass
- 2 cucharaditas de mantequilla
- 2 cucharaditas de cacao en polvo
- Unas cucharadas de agua

Preparación:

- Empezamos poniendo el horno a calentar a 200°C con calor arriba y abajo y sin aire. Por otro lado, estiramos ligeramente el hojaldre y lo recortamos los bordes para que queden rectos, después recortamos 12 trozos.
- Preparamos una bandeja con papel de horno y colocamos cada hojaldre en ella; ligeramente separados unos de otros; para que no se peguen.
- Con la ayuda de un tenedor pinchamos los hojaldres, colocamos otro lámina de papel de horno encima y sobre este, una bandeja para que haga de peso y no suban.
- Metemos en el horno caliente a 200°C durante unos 15 o 20 minutos; ya sabéis que el tiempo es orientativo; hasta que estén dorados, sacamos y reservamos.

- Vamos ahora con la crema pastelera; ponemos la leche a calentar reservando un vaso de leche fría y dejamos que hierva; por otro lado, mezclamos las yemas y el huevo, con el azúcar, la maicena o almidón de maíz, la vainilla y la leche fría y batimos bien.
- Vertemos la leche que ya hervido sobre la mezcla de los huevos y batimos, colamos todo y llevamos de nuevo todo al fuego; moviendo constantemente hasta que empiece a espesar, dejamos que hierva y retiramos del fuego.
- Echamos la crema en un bol frío y tapamos con papel film de tal modo que toque la superficie de la crema; de este modo no le saldrá costra; y una vez atemperada guardamos en el frigorífico hasta que esté bien fría.
- Metemos la crema en una manga y formamos capas con el hojaldre y la crema; colocamos una base de hojaldre y cubrimos con la crema y repetimos la operación hasta terminar con una base de hojaldre; en total 3 de hojaldre y 2 de crema.

Por último, terminaremos los hojaldres con un glaseado:

- Fundimos la mantequilla y se la incorporamos al azúcar glass, le añadimos una cucharada de agua y batimos hasta conseguir que no quede muy líquida.
- Separamos unas cucharadas de este glaseado y le añadimos el cacao para obtener uno de chocolate.
- Cubrimos cada milhojas de crema casero y fácil con una capa de glaseado blanco, dibujamos unas líneas con el glaseado de chocolate.
- Podemos decorar con fresas, arándanos, frambuesas...