

El príncipe REPOLLO y el papín andino

El príncipe Gregorio IV charlaba con su amiga, Repollo Escarlata,
cuando, de repente, se levantó polvareda porque venía rodando Señor Papa.

Buenos días Príncipe!!!

Antes que nada, ¡¡¡qué linda es su corona!!!

Buenos días Señor Papa...

¿Qué lo trae por esta zona?

Mi hijo Papín tiene pies muy grandes.

Y dudo que encuentre una novia.

El próximo día de luna llena

llamaremos a la Bruja Perejil

seguro que, con su magia, dijo Gregorio, podrá ayudarlos.

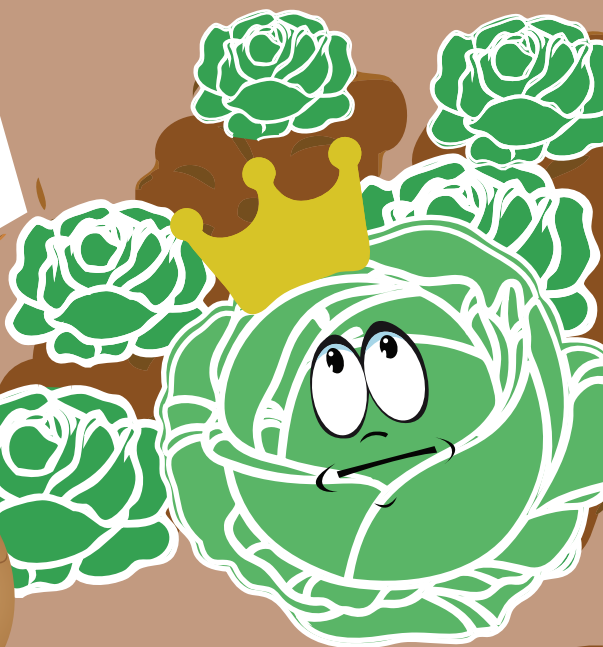
Sino, buscaremos a Aladino.

Pero, tranquilo, esos pies

solución tendrán y Papín Andino

pretendiente

conseguirá.

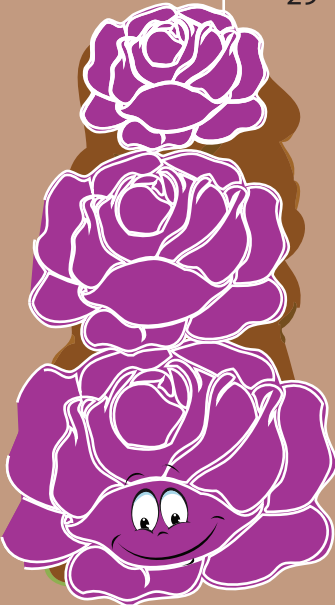


junio

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

5 Día Mundial del Medio Ambiente

20 Día del Paso a la Inmortalidad del General Manuel Belgrano



estacionalidad

¿cuáles son las hortalizas en junio?

zapallo coreano, cebolla, zanahoria, papa, batata, repollo,
brócoli, coliflor, remolacha, espinaca

martes 1

miércoles 2

jueves 3

junio

viernes 4

sábado 5



de junio: Día Mundial del Medio Ambiente establecido en 1972 por las Naciones Unidas, en el marco de uno de los primeros encuentros mundiales sobre el ambiente.

domingo 6

lunes 7

Mandarina

Es el cítrico más parecido a la naranja, aunque de menor tamaño, sabor más aromático y con mayor facilidad para quitar su piel en la mayoría de las variedades. Es una colación natural fácil de transportar y consumir.

PIENSA
cree
SUEÑO Y
ATRÉVETE

martes 8

miércoles 9

jueves 10

junio



Muffins de zapallo

Ingredientes: 400 g de calabaza, 400 g de azúcar, 300 g de harina leudante, 4 huevos, 175 ml de aceite, sal y canela c/n.

Preparación: elaborar un puré de calabaza y añadir el resto de los ingredientes. Mezclar hasta integrar. Colocar en pirotines, llenándolos hasta la mitad y hornear durante 20 minutos. Al retirar, espolvorear con azúcar impalpable.

viernes 11

sábado 12



junio

domingo 13

lunes 14

El **zapallo** es un alimento con escasas calorías y aporte moderado de fibra.

El **95%** de los zapallos cultivados pertenecen a la especie *Cucurbita moschata* y se los denomina ancós, anquitos o coreanitos.



kinotos

Género de arbustos frutales de la familia de las *Rutáceas*, estrechamente emparentados con los cítricos. Son originarios de China. Su fruto, el kinoto, es pequeño, de piel aromática y pulpa ácida. Se consume fresco, en dulce o en conserva.

martes 15

miércoles 16

jueves 17

viernes 18

Con **perejil** todo es más rico

¿Sabías qué?

Ensalada alemana

Papa hervida con su cáscara cortada en rodajas, cebolla cruda en juliana y panceta. Condimentar con perejil picado, mayonesa, crema de leche y mostaza.

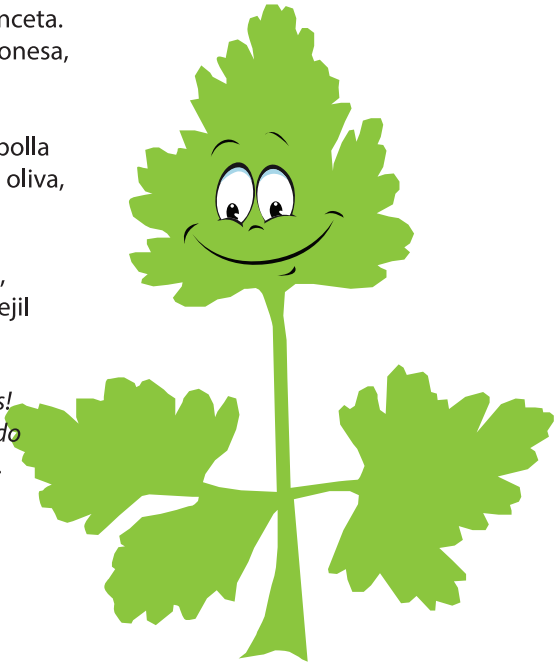
Ensalada criolla

Pimientos rojos y verdes. Tomate y cebolla en cubos. Condimentar con aceite de oliva, vinagre y perejil picado.

Ensalada de mi huerto

Hojas de espinacas, zanahoria rallada, almendras picadas, pasas de uva, perejil picado y aceite de oliva.

*¡Que no te falte el perejil en tus comidas!
Se puede conservar en el freezer mixeado
y descongelar en la medida que lo uses.*



estacionalidad

¿cuáles son las frutas en junio?

manzana, pera, mandarina, kiwi, kinotos, naranja, pomelo, nueces

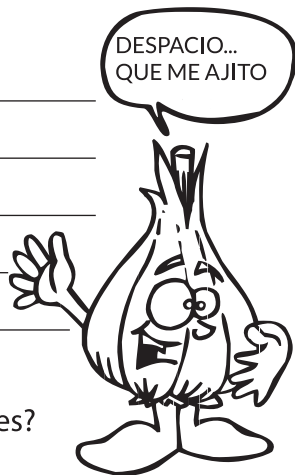
sábado 19

domingo 20

lunes 21

Tiene cabeza pero no tiene pies,
tiene dientes y no tiene boca ¿qué es?

el ajo



El ajo



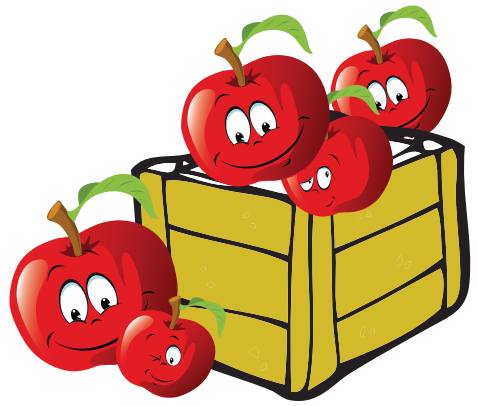
Junio

La superficie cultivada con ajo colorado, morado y blanco en Mendoza es de 10 mil hectáreas. Se produce principalmente en San Carlos, Tupungato, Tunuyán, Maipú y Lavalle.

Incorporá ajo y perejil a la preparación de tus milanesas. Y rocíalas con limón así quedarán más sabrosas.

martes 22

miércoles 23



jueves 24

viernes 25

sábado 26

Junio

domingo 27

lunes 28



Manzana

Contiene 85% de agua, vitaminas C y E. Rica en fibras. Mendoza es la segunda productora a nivel nacional luego de Río Negro. La producción se destina principalmente a consumo en fresco.

Deliciosas!!!

manzanas al caramelo

Ingredientes

4 manzanas rojas medianas, 300 g de azúcar, 1/2 cucharada de colorante rojo, jugo de 1/2 limón, 100 g de manteca, 1/2 taza de agua. Palitos de brochette c/n.

Preparación

Lavar y secar las manzanas. Quitar los cabitos y en su lugar, pinchar palitos. Reservar.

En una olla, poner el azúcar, el agua y el jugo. Dejar que se derrita el azúcar a fuego suave, removiendo con una cuchara de madera. Cuando esté derretido el caramelo, añadir la manteca y volver a calentar a fuego suave. Revolver hasta que el almíbar tome color en los bordes. Apagar el fuego. Agregar el colorante. Mezclar bien.

Pasar las manzanas por agua fría y luego por el almíbar, girándolas para que queden bien impregnadas. Espolvorear con pororó o grana de colores.

martes 29

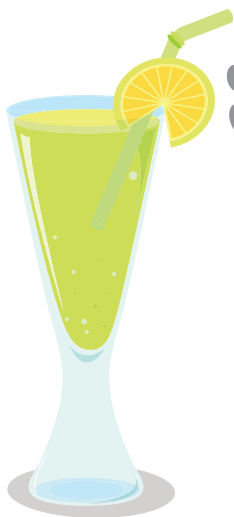
Rica limonada

Ingredientes

2 limones, 1 litro de agua, 2 cucharadas de azúcar. Menta, jengibre y hielo c/n.

Preparación

Colocar en una licuadora los limones sin cáscara, ni semillas, agregarle la menta, los hielos, el azúcar y el jengibre. Licuar con el agua y servir bien helada.



miércoles 30

Fruta comestible de sabor ácido y extremadamente fragante. Contienen hasta un 5% de ácido cítrico en su jugo, lo que determina su aroma fresco e intenso.

Limón