

L'équipe éducative des SAPE Thônex (Chapelly, Bout'Choux, Marcelly) vous propose

une activité cuisine

pour s'occuper en famille durant le confinement

BROCHETTE DE FRUITS

Ingrédients

- Des fruits frais (melon-pastèque-fraises-bananes-raisins, etc.)
- Des pics en bois
- Une passoire ou un bol
- Une planche
- Un couteau (sans dents)

Préparation

Temps Total : 25 min

Préparation : 25 min

Cuisson : -

Laver les fruits frais non coupés à l'eau claire. Selon l'âge de l'enfant, et sous surveillance, proposer à l'enfant de couper les fruits en deux. (s'il est trop petit, préparer les fruits à l'avance)

Déposer les fruits coupés dans un bol afin d'en avoir suffisamment pour monter le nombre de brochettes désirées

Proposer à l'enfant de construire la brochette en piquant les fruits sur le pic les uns au-dessus des autres. N'hésitez pas à faire une brochette devant l'enfant afin qu'il comprenne ce que vous attendez de lui

Variantes

Vous pouvez faire des brochettes avec du melon et du jambon cru (Serrano-de Parme, etc.)

Et toujours la variante des tomates cerises et des boules de mozzarella en n'oubliant pas d'ajouter quelques feuilles de basilic