Lo que sí. Fresas con zanahoria

Generado por IA — Nueva Escuela Mexicana Digital

Flashcards

PREGUNTA

¿Qué ingredientes principales se necesitan para preparar fresas con zanahoria?

RESPUESTA

Una taza de fresas picadas, media taza de zanahoria rallada, media taza de yogurt natural y 2 cucharadas de cacahuates pelados sin sal.

PREGUNTA

¿Cuál es el primer paso para preparar la receta de fresas con zanahoria?

RESPUESTA

Agregar una taza de fresas picadas y media taza de zanahoria rallada en un recipiente.

PREGUNTA

¿Qué se debe hacer después de mezclar las fresas y la zanahoria?

RESPUESTA

Añadir media taza de yogurt natural y seguir mezclando hasta que quede bien integrado.

PREGUNTA

¿Qué ingrediente se agrega al final para darle un toque crujiente a la receta?

RESPUESTA

Se agregan 2 cucharadas de cacahuates pelados sin sal.

PREGUNTA

¿Qué beneficios aporta esta receta de fresas con zanahoria?

RESPUESTA

Aporta frescura y energía, además de ser una opción saludable y deliciosa.

PREGUNTA

¿Cómo se describe la combinación de sabores y texturas en esta receta?

RESPUESTA

Es fresca, energética, crujiente y deliciosa.

PREGUNTA

¿Qué mensaje promueve esta receta del Gobierno de México?

RESPUESTA

Comer sano también es rico.

Resumen: Receta Saludable: Fresas con Zanahoria

Nivel: primaria

- Combina fresas picadas y zanahorias ralladas para una mezcla fresca y nutritiva.
- Añade yogurt natural para integrar los ingredientes y mejorar la textura.
- Incorpora cacahuates sin sal para un toque crujiente y delicioso.
- Es una receta fácil de preparar que promueve una alimentación saludable.
- Ideal para disfrutar como snack o postre energético.

Mapa Conceptual

Fresas con zanahoria

Ingredientes

1 taza de fresas picadas | 1/2 taza de zanahoria rallada | 1/2 taza de yogurt natural | 2 cucharadas de cacahuates sin sal

Preparación

Mezclar fresas y zanahoria en un recipiente | Añadir yogurt natural y mezclar bien | Agregar cacahuates para un toque crujiente

Beneficios

Aporta frescura | Proporciona energía | Es saludable y delicioso

Recomendación

Ideal para quienes buscan opciones saludables | Perfecto para disfrutar en cualquier momento

Promoción

Mensaje del Gobierno de México | Fomentar una alimentación saludable