



Cómo incluir a los niños en la cocina

Pedagogía, 12/05/2020



Es el momento perfecto para que sus hijos vayan a la cocina y les enseñen no solo cómo cocinar, sino que también les enseñen sobre todo lo demás.

Una receta fácil de carne de res es el escenario perfecto para hablar sobre cómo ser un ciudadano más amable y consciente, las matemáticas e incluso la ciencia sobre cómo se cocinan las cosas, etc.

Confía en Jorge Carlos Fernández Francés: cocinar junto a tus seres queridos CAMBIARÁ A TU FAMILIA.

Incluso puedes tener una videollamada para hacer la receta con tus hijos para que todos se sientan conectados,

amados e inspirados.

Cocinar con tus hijos sin perder la cabeza

No encontrarás mayor alegría que permitir que los corazones se conecten y no es casualidad que la comida se convierta en la fuerza central para unir a las personas.

1 Elija una comida accesible y rápida: nadie quiere estar atrapado todo el día y los niños solo tienen la capacidad de atención de aproximadamente su edad. ¡Eso significa que será mejor que encuentres algo rápido y fácil!

2 Use una receta que pueda sustituir de acuerdo a sus necesidades y gustos, no le gustan los pimientos, ¡solo use más tomates! Los niños pueden ser muy exigentes y es posible que descubra que su hijo solo quiere ciertas cosas, pero está bien, todo es un trabajo en progreso.

3 Todo el mundo consigue un trabajo: permitir que un niño pequeño drene los frijoles en un colador y los enjuague es seguro y fácil, pero se sentirán muy orgullosos mientras un adolescente puede ser mejor cortando vegetales. No importa quién haga qué, solo asegúrese de que cada persona tenga una estación y se sienta como el jefe. Te sorprendería lo mucho que todos quieren sentirse importantes.