



Comissió de Salut - IES Sa Colomina

PLAT DE NADAL SALUDABLE

Nom del participant: Mayte López

Curs i grup (si ets alumne):

Nom del plat: ARBRE SALUDABLE NADAL

FOTO:





Comissió de Salut - IES Sa Colomina

Ingredients:

- KIWIS
- NABIUS
(ARÁNDANOS)
- MANDARINES

Elaboració:

- Es pelen les mandarines i es col·loquen els grills (gajos) en forma d'arbre de Nadal.
- Es pelen els kiwis i es tallen a rodanxes. Es col·loquen en forma de tronc de l'arbre.
- S'adorna l'arbre amb els nabius simulant les boles.