

Recomanacions digitals per la Cuina per a joves i adolescents

Setmana	Temàtica	Link	Text descriptiu
De l'11 al 10 de maig	Cuina per a joves	Cuina sense pares	"Cuina sense pares" és un receptari per a joves elaborat pel Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona. Aquest material pretén ser una eina educativa amb l'objectiu de donar a conèixer d'una manera molt senzilla com posar en pràctica una alimentació saludable. El receptari conté consells sobre aspectes bàsics de l'alimentació i un recull de receptes de dinars i sopars fàcils, ràpids i econòmics per introduir els més joves en el món culinari. Més informació a http://www.cuinasensepares.cat .
		Cuina per a principiants	L'Ada Parellada del restaurant Semproniana, ens explica a la seva web, quines són les quatre pautes per "enganxar" els adolescents a la cuina. Ens presenta el seu llibre, Primer cal batre els ous... Cuina creativa per a joves principiants i ens ofereix quatre receptes perquè els i les joves principiants puguin iniciar-se i començar a practicar. https://semproniana.net
		Pinterest	A la xarxa social Pinterest hi pots trobar 249 tendències de receptes per a adolescents
		Receptes bàsiques	La web, Directo al paladar, ofereix les 31 receptes que has d'aprendre abans d'independitzar-te. Un cop dominades les tècniques i passos bàsics, no et costarà res augmentar a poc a poc el teu receptari.