

La Secretaría de Salud, a través de su Voluntariado Nacional, y Conaculta niños-Alas y Raíces invitamos a

Que los niños metan su cuchara

Envíanos tus mejores recetas de platos ricos y equilibrados, con ellas haremos un recetario dirigido a más niñas y niños.

INGREDIENTES

2 personas como mínimo: un adulto y una niña o un niño de hasta 12 años.

6 categorías para concursar:

Sopas o entradas | Ensaladas | Plato principal | Postres | Botanas o colación (lunch) | Bebidas

Algunas hojas para escribir.

1 cámara fotográfica.

1 computadora o lo necesario para enviar una carta por correo tradicional.

PASOS

- Ponerle nombre al equipo de cocineros.
- Decidir cuáles y cuántas recetas enviarán. Pueden concursar en una o más categorías.
- Pensar si enviarán una receta que ya conocen o si inventarán una nueva.
- Recordar que la receta debe ser rica y equilibrada: tener ingredientes mexicanos y porciones adecuadas que lleven alimentos de los 3 grupos (frutas y verduras de temporada, lácteos, alimentos de origen animal) cocinados con poca grasa, sal y azúcar. Si hay dudas, visita www.a.gob.mx
- Tomar algunas fotos del proceso.
- Que la niña o el niño del equipo escriba un párrafo sobre por qué le gusta el platillo y lo recomiende a otros niños.

PRESENTACIÓN

- Una vez que tengas la receta, las fotos y la explicación, escoge cómo enviarlas:
- Por internet, al correo alasyraices@conaculta.gob.mx, o en www.a.gob.mx
- Por carta, a Paseo de la Reforma 175, piso 5, Cuauhtémoc, 06500, Distrito Federal. Con el nombre "Que los niños metan su cuchara".

FECHA DE CADUCIDAD

El lunes 26 de marzo de 2012 a la media noche cerraremos la convocatoria.

DEGUSTACIÓN

- Tu receta será probada por una niña y un niño, un chef, un nutriólogo infantil y un especialista en cultura infantil.
- Este equipo calificará tres cosas de cada receta: 1) que esté rica y equilibrada, 2) que pueda gustarle a más niñas y niños, y 3) que exista participación de todo el equipo.
- Respetaremos la selección de recetas y de ganadores que haga el jurado.

RECONOCIMIENTO

- A los tres mejores equipos los premiaremos con: una computadora, un paquete de libros de la Biblioteca Alas y Raíces y una invitación a la ceremonia de premiación que haremos en la Fiesta Interminable*, el 29 y 30 de abril de 2012, en el Distrito Federal, donde se divertirán de tiempo completo. Si vives en algún estado de la República Mexicana, pagaremos los gastos de un niño o una niña y un adulto.
- Escogeremos recetas para incluirlas en un recetario impreso.
- Los resultados los daremos el jueves 19 de abril de 2012 en la página de Alas y Raíces, www.a.gob.mx, y en la página del Voluntariado Nacional de Salud, www.voluntariado.salud.gob.mx
- Si participas, debes estar de acuerdo con todos los puntos de la convocatoria.
- No podremos enviar de vuelta las recetas que lleguen en carta.

Para mayores informes: 4155-0200, ext. 9104

*La Fiesta Interminable es una gran celebración multidisciplinaria para los niños con teatro, danza, música, juegos y exposiciones que organiza Conaculta niños-Alas y Raíces en el Centro Nacional de las Artes, en el Distrito Federal.

Fomentando la cultura construimos un México más fuerte