



Clase Familiar- Pilot Light
¡Hacer Noodles Juntos!

Edad Recomendada: 6-12 años

Receta:

Masa de pasta (para 5 personas)

- 2 tazas de harina común o harina de sémola + ½ cups all-purpose flour or semolina flour + ½ taza para enrollar y dejar secar.
- 1 taza de agua
- ¼ cucharadita de sal

Instrucciones:

1. Primero, mide la harina y la sal, mézclalas en un recipiente y forma un hueco en el centro. Luego, mide el agua y verte casi la taza entera en el hueco (reservar agua asegura que podamos hacer ajustes basándonos en la humedad)
2. Usando un tenedor, empieza a tirar pequeñas cantidades de harina hacia el hueco de agua en el sentido de las agujas del reloj hasta usar prácticamente toda la harina (¡Los niños pueden hacer turnos!) Si es necesario, añade más agua.
3. Usando las manos, recoge la harina restante y forma una bola con ella.
4. Una vez que la bola está formada, amasa la masa hasta que sea moldeable y blanda (no pegajosa), doblándola con tus manos. Esto no durará mucho: ten cuidado de no mezclar la masa más de lo necesario (verás que se desgarran) Cubre la masa con plástico o con una toalla y déjala descansar en la encimera durante 30 minutos.
5. Rompe la masa en trozos y enrolla los trozos en tubos de ½ pulgada de diámetro.
6. Una vez que los tubos estén hechos, córtalos en trozos de ½ pulgada con un cuchillo para mantequilla, aprieta en el centro de cada trozo y enróllalos hacia ti. Usa los dedos para dar la vuelta al lado que estás presionando.
 - a. Otra posibilidad: forma bolas y aplástalas con tus pulgares. Luego, dales la vuelta hasta formar cuencos (de forma parecida a la pasta “Orecchiette” o “pequeñas orejas”).
7. Después de conformar la pasta, coloca los noodles en una bandeja o en un plato, espolvorea la bandeja o el plato y los noodles con harina y déjalos secar durante, al menos, una hora (o más si es necesario).
8. Para disfrutarlos hoy, cocina los noodles en agua salada hirviendo por 5 minutos aprox. (hasta que floten) y sírvelos con tu salsa favorita.
 - a. ¿Quieres disfrutarlos más tarde? Coloca los noodles secos en una bolsa de plástico grande



para congelarlos para futuras comidas. ¡Etiqueta la bolsa con la fecha y el nombre de los niños que han ayudado! (Nota: si los noodles están totalmente secos, se cocinarán en 7 minutos aprox)

Materiales:

- Espacio libre en la encimera
- Tazón para mezclar
- 1 taza para medir y ¼ cda. para medir
- Cuchillo para mantequilla y tenedor
- Bandeja o un plato grande
- Toalla o envoltorio de plástico

Sugerencias sobre Toppings: ¡Siéntete libre de ser creativo y crea tus propios toppings!

- Salsa de tomate y queso parmesano
- Mantequilla, queso parmesano y especias secas (tomillo, orégano, albahaca, romero y perejil)
- Aceite de oliva, ajo, pimienta roja en hojuelas y brócoli (fresco o congelado)

Actividad / Preguntas para debatir:

Las familias/los niños pueden debatir o escribir sobre:

- What is your favorite type of pasta? Why? Can you think of a time that you shared this pasta dish with family or friends?
- ¿Cuál es tu pasta favorita? ¿Por qué? ¿Te acuerdas de algún momento en que compartiste un plato de pasta con tu familia o amigos?
- ¿Cuál es tu comida favorita para compartir con tu familia o amigos?
- Usa tu imaginación y escribe una historia que incluya pasta u otro tipo de comida.

Actividades de extensión:

Aquí te dejamos algunas sugerencias sobre actividades adicionales relacionadas con esta receta:

- Haz “pasta” de cartulina con papel y platos de papel.
- Usa una base de salsa de tomate, aceite de oliva o mantequilla, añade varias especias que tengas a mano y experimenta con cómo el sabor cambia a medida que los añades.
- Investiga diferentes tipos de pasta y diferentes ingredientes empleados en platos de pasta y de noodles.

*Esta clase fue escrita por personal de Pilot Light
y se inspiró en la clase de Pilot light “Noodles Around the World” (Noodles alrededor del mundo)*