



FLORES DEL JARDÍN ALMUERZO ESCOLAR

1 PORCIÓN



INGREDIENTES

- 3 rebanadas de tocino
- 3 fresas grandes, lavadas suavemente con agua
- 8 guisantes dulces, lavados con agua
- 1 mango, lavado y pelado
- 1 tomate uva (o tomate cherry), lavado con agua
- 1 rama de apio, lavada con agua
- 1 mandarina, lavada con agua corriente fría
- 2 cucharadas de queso crema
- 1 rebanada de queso cheddar
- 1 rebanada de queso mozzarella (o cualquier queso blanco)
- ½ taza de arroz cocido
- Palitos pequeños de rábano (1 onza)
- Recipiente para alimentos con tres compartimentos

RECETA DE CORTESÍA DE LUNCHBOXDAD.COM.

Esta receta se desarrolló utilizando la Guía de estilo de recetas seguras en SafeRecipeGuide.org.

INSTRUCCIONES

- 1 Lávese las manos con agua y jabón.
- 2 Para hacer rosas de fresa, corte las fresas una vez en cada lado para un total de cuatro cortaduras. Haga estos cortes largos y estrechos hasta la mitad de la fruta. Gire ligeramente la fresa y repita con cuatro cortaduras más hacia arriba y a la mitad entre cada uno de los cortes anteriores. Corte la parte superior en dos trozos. Doble ligeramente la parte superior de cada corte hacia abajo para que parezcan pétalos de rosa.
- 3 Para hacer la flor de mango, corte el mango en rodajas muy finas. Mantenga las rodajas juntas repartidas por la tabla de cortar. Enrolle las piezas con cuidado. Use una espátula para recogerlo y colocarlo en el compartimiento más grande del envase. Coloque un tomate uva en el medio.
- 4 Para hacer la flor de mandarina, retire la piel de naranja en un trozo largo y estrecho. Abra rodajas de naranja pero déjelas conectadas en la parte inferior. Enrolle sin apretar la cáscara de naranja y colóquela encima de las rodajas de naranja.
- 5 Para hacer margaritas de queso, corte el queso cheddar en forma de flor con un cortador en forma de flor. Cubra con un círculo de queso blanco (puede usar una punta de glaseado grande para cortar círculos perfectos). Coloque los círculos de queso blanco encima de las flores de queso cheddar.
- 6 Pónganle el queso crema sobre la rama de apio y córtelo en tres trozos.
- 7 Precaliente el horno a 375 °F.
- 8 Para hacer rosas de tocino, enrolle sin apretar cada tira de tocino y póngalas en el centro con dos palillos de dientes. Hornee a 375 °F durante una hora o hasta que el tocino esté crujiente. Lávese las manos con agua y jabón después de manipular tocino crudo. Quite los palillos de dientes y el tocino se mantendrá en forma de rosa.
- 9 Prepare la lonchera colocando todo el arte floral en un recipiente de comida (ver foto). Coloque las rosas de tocino encima de un poco de arroz. Añada dos rosas de fresa con los guisantes dulces para las hojas verdes. Coloque la tercera rosa de fresa y la flor de mandarina en el compartimiento más grande con la rosa de mango. Coloque las flores de queso encima de los troncos de apio y queso crema. Rodee todas las flores y el apio con ramitas de rábano.
- 10 Sirva inmediatamente o refrigere la lonchera.

Obtenga más información sobre la seguridad alimentaria en lahistoriadesucena.org.

TRAIDO A
USTED POR:

