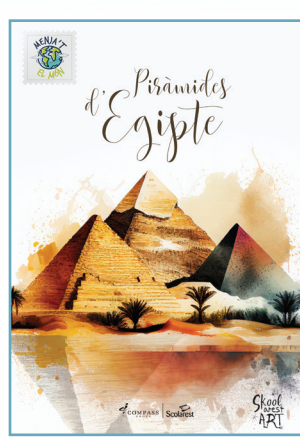


Scolarest

Menjar és molt més que alimentar-se.
És despertar els sentits, viatjar pel món sense aixecar-se de taula... experimentar, aprendre i compartir costums de vida saludable.

Què cuinem aquest abril?

Menja't el món: Un menú de faraons



Ens acostem a la recta final de **Menja't el món** aturant-nos en un país on hi ha una de les grans meravelles del món antic, les **Piràmides d'Egipte**. A causa de la seva posició geogràfica, la cuina egípcia és molt variada, rica en plats especiats i plens de gust. Els ingredients que formen part de la seva gastronomia són mediterranis i, malgrat que ens semblin familiars, la manera amb què els fan servir fa que els plats d'aquesta cuina siguin únics, gràcies també a la influència de la cuina àrab i l'africana. Aquesta jornada gaudirem d'un menú egipci típic alhora que coneixerem de més a prop aquestes construccions que allotgen les criptes reials dels grans faraons.

Carrera solidària dona-li la volta

El 20 de març passat vam donar la volta a la Terra!

Durant la jornada, tots els nostres comensals es van posar el dorsal de Dona-li la volta per contribuir, amb el seu gra de sorra, a difondre la gran tasca que fa la **Fundació Unoentrecienmil**.

Entre tots els centres que van participar amb Scolarest en la iniciativa solidària, vam recórrer més de 40.000 km que han servit perquè Scolarest els transformi en una donació de 2.500 € al projecte **Acceleradora Unoentrecienmil**, que accelera la curació dels nens i nenes malalts de càncer per mitjà de la pràctica de l'esport com a part del tractament que reben.

Sense la implicació de tothom, res d'això hauria estat possible. **Una vegada més, gràcies per formar part d'aquesta iniciativa.**

La Fundació Unoentrecienmil

La Fundació promou diverses accions per recaptar fons destinats a la investigació de la leucèmia infantil i a millorar la vida dels nens i nenes que tenen aquesta malaltia. L'objectiu és que algun dia, 10 de cada 10 nens i nenes diagnosticats de leucèmia es curin.

Visita la seva pàgina web per conèixer millor el projecte.

Stop Food Waste

Scolarest contra el malbaratament alimentari

Stop Food Waste és un projecte que té per objectiu impulsar un canvi cultural i conscienciar mediambientalment sobre el malbaratament alimentari. Amb aquest programa, promovem que els comensals siguin agents del canvi frenant el malbaratament de manera real i pràctica dins i fora del menjador escolar. Fem activitats al centres, com ara Pantéja-t'ho, Anem a pams, Agents del canvi o FridgeMaps, entre altres, perquè aprenguin a reduir el malbaratament que es genera al menjador i com reduir-lo. El 24 d'abril celebrarem el dia contra el malbaratament alimentari amb un menú molt especial per homenatjar els plats típics de la nostra cultura gastronòmica, com ara l'escudella i carn d'olla, que ens permet elaborar un menú amb una base més sostenible.

Perquè aprofitar-ho tot mola!

Receptes en família. Especial postres

Brownie de fesols

El nostre xef comparteix unes postres que podem fer amb la canalla a casa.

Per fer aquesta recepta, necessitem:

- 3 Tasses. Fesols vermells.
- 1 Tassa. Cacau en pols sense sucre.
- ½ Tassa. Mantega.
- 4 Ous.
- ½ Tassa. Perles de xocolata.
- 1 culleradeta. Extracte de vainilla.
- 1 culleradeta. Llevat químic.
- ½ culleradeta. Sal.

Elaboració:

1. En un recipient, foneu la mantega i la xocolata al bany Maria. Barregeu bé els ingredients i afegiu la sal, el llevat i el cacau. Reserveu a part aquesta mescla.
2. En un altre recipient gros, tritureu els fesols amb els ous fins que obtingueu una massa homogènia de la consistència del puré. A continuació, afegiu el sucre i l'extracte de vainilla a aquesta barreja. Seguidament, incorporeu la mescla de la mantega i la xocolata fosa a aquesta massa.
3. Aboqueu la massa en un motlle folrat amb paper de forn i poseu-lo al forn durant 40 minuts a 165 °C.
4. Abans de treure el motlle del forn, punxeu la massa amb un escuradents per saber si el brownie està ben cuit. Deixeu-lo refredar i... bon profit!

Anima't a compartir la recepta amb nosaltres. **Etiqueta'ns a xarxes!**



@scolarest_es



scolarest_españa

Una experiència gastronòmica,

**SALUDABLE,
SEGURA I
SOSTENIBLE**