

# Recetas para niños

Hemos reunido algunas de nuestras recetas favoritas de los niños para una fácil referencia.  
¡Son probados y aprobados por nuestros propios hijos!

## Burbujas

Elija un buen día para sacar a los niños al aire libre y soplar burbujas. Esta es una gran manera de visualizar las corrientes de viento y aire para los niños. Agregue algunas varitas de burbujas inusuales... diversos utensilios de cocina o incluso un matamoscas pueden contribuir a la diversión. Observe que los niños no se froten el líquido en los ojos ni la consuman.

**Ingredientes:** 1 taza de agua.  
1/3 taza de detergente líquido para platos marca "Joy"  
2 cucharadas de jarabe de maíz ligero.

Mezclar y dejar reposar durante al menos una hora.  
Cubra y guarde en el refrigerador.

## Arroz y pasta a color

**Ingredientes:** 1 taza de arroz seco o pasta.  
1 1/2 cucharadita alcohol líquido o de grano  
1/4 cucharadita colorante para alimentos

Mezclar el alcohol y el tinte en una bolsa de plástico con cremallera. Agregue el arroz o la pasta secos y agítelo suavemente hasta que quede cubierto uniformemente. Extiéndelo sobre papel encerado para que se seque. ¡Úsalo en tu centro de arte!

## Guisado de arcoiris

**Ingredientes:** 1 taza de maicena  
casi 1 taza de agua  
colorante para alimentos

Cocinar en una cacerola hasta obtener la consistencia del pudín. Divida en porciones y agregue colorante para alimentos. Coloque en bolsas de plástico con cierre. Selle las bolsas con cinta adhesiva fuerte. Invite a los niños a presionar, apretar y aplastar para mezclar los colores.

## Masilla suave

**Ingredientes:** 2 partes de pega  
1 parte de almidón líquido (ejemplo 2 tazas pega / 1 taza de almidón)  
colorante para alimentos (opcional)

Agregue colorante para alimentos al pegamento, si lo desea. Mezclar bien y luego agrega el almidón líquido. Mezclar/amasar hasta que esté suave (tarda un rato). Cuanto más tiempo trabajes con él, mejor será la consistencia. Invite a los niños a apretar y estirar. ¡Si sale bien, puedes usarlo para quitar la tinta de los periódicos! Almacenar en un recipiente herméticamente cerrado.

## Plastilina básica

**Ingredientes:** 2 tazas de harina (¡experimenta con una variedad de diferentes harinas!)  
1 taza de sal  
1 cucharada de crema tártara  
2 tazas de agua  
2 cucharadas de aceite vegetal

Mezclar los ingredientes secos. Añadir el aceite al agua. Pinta el agua con colorante para alimentos, si lo deseas. Combine las mezclas secas y húmedas en una olla pesada. Cocine a fuego lento. Revuelva hasta que la masa se separe de los lados de la olla. Dejar enfriar. Amasar hasta que quede suave. Almacenar en un recipiente herméticamente cerrado.

Usa la receta de arriba para hacer estas variaciones:

**Plastilina Jell-O®** - Agregue 1 (3 oz.) pqt. Jell-O® y 1 cucharada adicional crema tártara.

**Plastilina Kool-Aid®** - Agregue 2 paquetes de mezcla de bebida sin azúcar.

**Plastilina de pastel de calabaza** - Agregue 1 cucharada de especia de pastel de calabaza.

**Plastilina especial** - Use solo 1 1/2 tazas de agua y agregue 1/2 taza de pintura temprana negra. Agregue brillo color oro o plateado.

## Papel Maché

**Ingredientes:** 1 parte de harina  
2 partes de agua  
2 - 3 cucharadas (opcional)

Mezclar la harina con el agua en una cacerola. Mezclar bien para eliminar los grumos. Cocine la mezcla a fuego lento hasta obtener una consistencia cremosa de pasta fina. Añadir más agua o harina según sea necesario. ¡Agregue unas cuantas cucharadas de sal para ayudar a prevenir el hongo! Dejar enfriar antes de usar.

## Barro limpio

**Ingredientes:** 3 rollos de papel higiénico  
1 barra de jabón "Ivory" rallado  
3/4 taza de bórax (opcional)  
agua

Haz que los niños te ayuden a desenrollar el papel higiénico. Recoger en un recipiente grande o una mesa sensorial. Llenar de agua. Añadir jabón "Ivory" y bórax. Mezclar bien. ¡Dura mucho tiempo!