



## ACTIVIDAD: COCINAR CON LA NATURALEZA

El juego imaginativo puede ser muy divertido para todos los que están involucrados. ¿Por qué no cocinar con la naturaleza? Con su hijo/a, disfrute creando pasteles de barro o sopa de piedra como una delicia. Use bandejas para hornear, cuencos, cucharas y otros utensilios de cocina para hacer recetas de objetos que se encuentran al aire libre.

¿Necesita una receta? Trate la "Sopa de piedra", una receta fácil de hacer usando una olla o balde, agua y piedras. Mezcle las piedras, un poco de agua y otros elementos de la naturaleza para disfrutar. Termine la actividad con un gran "banquete" en el cual su hijo/a pueda disfrutar de sus creaciones con usted u otros. ¡Lea Sopa de Piedra (Stone Soup, original en inglés) por Jon J. Muth para animar a su hijo/a a crear su propia sopa de piedra!

## PLANTA DEL MES: OREJA DE CONEJO (STACHYS BYZANTINA)

Cultivada por su follaje suave y difuso, la Oreja de conejo es una maravillosa adición a su jardín, ¡e incluso se puede cultivar en macetas de plantas! Originaria de Irán, esta planta perenne proporciona una excelente cubierta del suelo, produciendo flores de color púrpura brillante o rosa a mediados del verano.

Además de ser una planta atractiva, las hojas suaves también proporcionan una gran experiencia sensorial para los niños, ayudando a desarrollar el aprecio de los niños por la diversidad de plantas.

## RECETA: AGUA FRESCA DE SANDÍA

### Ingredientes

- 4 tazas (616 gramos) de sandía fría, picada, sin semillas
- 1 taza (237 ml) de agua fría
- 1 cucharada (15 ml) de jugo fresco de limón o lima exprimido
- 1½ cucharada (22 ml) de miel
- hojas de menta frescas (opcional)

### Instrucciones

- Meta los pedazos de sandía, agua, jugo de lima o limón, hojas de menta y miel en una licuadora.
- Licúe los ingredientes hasta que la mezcla esté suave sin grumos.
- Sirva inmediatamente o cubra y refrigere hasta 4 horas. Asegúrese de batir antes de servir.
- ¡Disfrútela!

*Stachys byzantina.* (sin fecha). Sacado de <http://plants.ces.ncsu.edu/plants/all/stachys-byzantina/>