

# EL MERCAT MUNICIPAL

DATA:

Hem de fer una gran celebració a l'escola i tu has de preparar el dinar per a quatre persones. Aquí tens el menú. Cal que busquis els ingredients necessaris i anotis el preu per poder saber el cost total del menú.

## **MENÚ:** AMANIDA VARIADA

*Ingredients:*

- 1 enciam francès
- 1 escarola
- 5 pastanagues
- 2 cebes
- 3 tomates
- 1 fulla d'api
- 1 manat de ravenets
- 1 pebrot vermell
- 2 cogombres
- 1 pot petit d'olives

## ESPÀRRECS DE JARDÍ GRATINATS

*Ingredients:*

- 1 Kg d'espàrrecs de jardí
- 250 g de pernil dolç
- 250 g de formatge ratllat
- 1 polset de sal
- 1 cullerada de mantega
- 1 cullerada de farina
- 2 rovells d'ou

## POLLASTRE AMB ESCAMARLANS

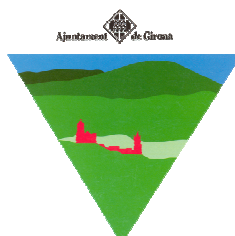
*Ingredients:*

- 1 pollastre
- 1 Kg d'escamarlans
- ½ Kg de tomates
- ½ Kg de cebes
- 1 paquet d'ametlles
- 1 cabeça d'alls

## MACEDÒNIA

*Ingredients:*

- ½ Kg de taronges
- ½ Kg de peres
- ½ Kg de pomes
- ½ Kg de kiwis
- 1 pot petit de mel



## EL QUE HEM DE COMPRAR

### Amanida:

1 enciam francès: .....	PTA / euros
1 escarola: .....	PTA / euros
5 pastanagues: .....	PTA / euros
2 cebes: .....	PTA / euros
3 tomates: .....	PTA / euros
1 fulla d'api: .....	PTA / euros
1 manat de ravenets: .....	PTA / euros
1 pebrot vermell: .....	PTA / euros
2 cogombres: .....	PTA / euros
1 pot petit d'olives: .....	PTA / euros

### Espàrrecs de jardí gratinats:

1 kg d'espàrrecs: .....	PTA / euros
250 g de pernil dolç: .....	PTA / euros
250 g de formatge ratllat: .....	PTA / euros
½ dotzena d'ous: .....	PTA / euros

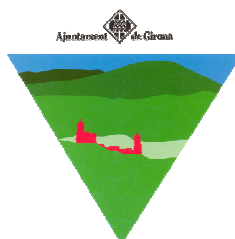
### Pollastre amb escamarlans:

1 pollastre: .....	PTA / euros
1 kg d'escamarlans: .....	PTA / euros
½ kilo de tomates: .....	PTA / euros
½ kilo de cebes: .....	PTA / euros
1 paquet d'ametlles: .....	PTA / euros
1 cabeça d'all: .....	PTA / euros

### Macedònia:

½ kilo de taronges: .....	PTA / euros
½ kilo de peres: .....	PTA / euros
½ kilo de pomes: .....	PTA / euros
½ kilo de plàtans: .....	PTA / euros
½ kilo de kiwis: .....	PTA / euros
1 pot petit de mel: .....	PTA / euros

COST TOTAL: .....PTA / euros



1. Avui estàs sol a casa i no tens res a la nevera, t'hauràs de cuinar el dinar i per això has vingut al mercat a comprar. Amb els productes que es venen en el mercat, prepara't un menú amb un entrant, un primer i un segon plat i unes postres. Recorda que ho has de cuinar tu i per tant no pots comprar plats cuinats.

ENTRANT:

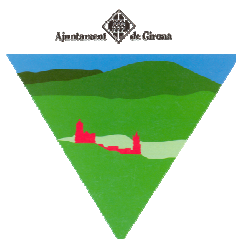
PRIMER PLAT:

SEGON PLAT:

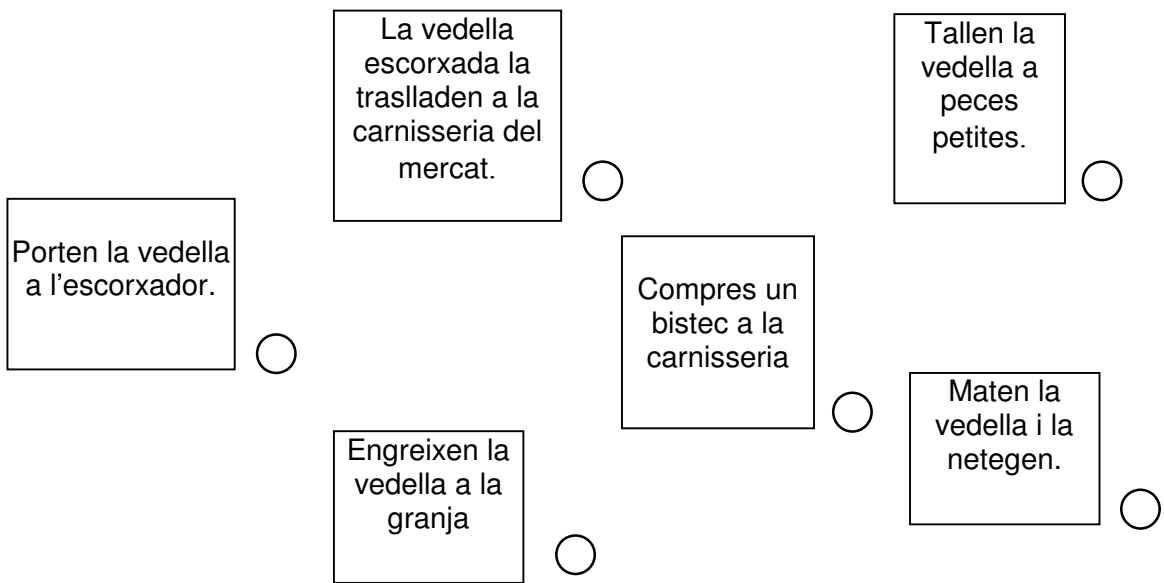
POSTRES:

2. Escribeu cinc diferències que hi pot haver a l'hora d'anar a comprar al mercat o al supermercat.

- 1: .....
- 2: .....
- 3: .....
- 4: .....
- 5: .....



3. Ordena de l'1 al 6 el procés que segueix la carn fins que compres un bistec.



4. Ordena de l'1 al 7 el procés que segueix una sardina fins que la compres.

