

Cucinare con i bambini

10 regole d'oro

- 1 Se i bambini non hanno voglia di cucinare, non costringiamoli: riproponiamo l'attività in un altro momento.
- 2 Non scegliamo ricette complesse e pericolose: anche una semplice insalata mista può dare soddisfazione.
- 3 Prima di cominciare a cucinare, predisponiamo ingredienti e attrezzatura in modo da avere tutto a portata di mano: in questo modo è più facile concentrarci sui bambini.
- 4 Sistemiamo utensili e attrezzatura in modo stabile e sicuro: mettiamo sempre uno straccetto umido sotto le ciotole e i taglieri e non affolliamo il piano di lavoro.
- 5 Lavoriamo in un ambiente ordinato e pulito, a tutto vantaggio della nostra sicurezza.
- 6 Stimoliamo i bambini a usare tutti i sensi - toccare, annusare, assaggiare, osservare - e a esprimere le loro sensazioni. Teniamo conto che il gusto si modifica nel tempo e in parte deve essere "educato", proprio come l'orecchio musicale o il gusto artistico: proponiamo sempre il meglio e a poco a poco i bambini impareranno ad apprezzarlo.
- 7 Lavoriamo con calma e lasciamo ai bambini il tempo di giocare un po' con gli ingredienti, manipolarli, osservarli, naturalmente senza danneggiarli. Non pensiamo solo al risultato da raggiungere.
- 8 Diamo ai bambini il tempo e la possibilità di scoprire i propri errori e di correggerli: mostriamo come fare e poi cerchiamo sempre accorgimenti perché possano procedere il più possibile in modo autonomo.
- 9 Spieghiamo sempre il motivo per cui modifichiamo o correggiamo il loro lavoro. Se invece il difetto è solo estetico e non pregiudica la riuscita del piatto, rispettiamo le loro creazioni.
- 10 Assaggiamo e commentiamo insieme i piatti che abbiamo preparato, come bravi artigiani che analizzano il loro lavoro: riflettiamo su possibili cambiamenti, sorridiamo dei nostri insuccessi, lodiamoci per i piatti ben riusciti.