



Calendario dell'Avvento 2020 – 6 Dicembre

I nostri suggerimenti di oggi - la canzone: **Have Yourself A Merry Little Christmas** di Frank Sinatra; la favola di Natale: **La leggenda dell'abete** di G. Benzoni; attività creativa: **Ghirlande di popcorn e mandarini**; la ricetta della domenica: **Pancakes facili facili**; attività di famiglia: **Cena a lume di candela**.



Canzone di Natale

<https://www.youtube.com/watch?v=pvA7-EjaSPI>

Frank Sinatra - Have Yourself A Merry Little Christmas



La leggenda dell'abete

di G. Benzoni

S'approssimava l'inverno di tanti e tanti anni fa. Un uccellino, che aveva un'ala spezzata, non sapeva dove ripararsi dal freddo e dalla neve. Si guardò intorno per cercare un asilo e vide i begli alberi di una grande foresta. A piccoli passi si portò faticosamente al limitare del bosco. Il primo albero che vide fu una betulla dal manto d'argento.

– Graziosa betulla, vuoi ospitarmi fra le tue fronde fino alla buona stagione?-

– Che curiosa idea! Ne ho abbastanza di custodire le mie foglie!-

L'uccelletto saltellò fino all'albero vicino. Era una quercia dalla fitta chioma.

– Grande quercia, vuoi tenermi al riparo fino a primavera?-

– Che domanda! Se io ti riparassi mi beccheresti tutte le ghiande!-

L'uccellino volò alla meglio fino a un grosso salice che sorgeva sulla riva di un fiume.

– Bel salice, mi dai ricovero fino a che dura il freddo?-

– No davvero! Va', va' lontano da me!-

Il povero uccellino non sapeva più a chi rivolgersi, ma continuò a saltellare... Lo vide un abete e gli chiese:

– Dove vai, uccellino?-

– Non lo so. Nessuno mi vuole ospitare e io non posso volare tanto lontano, con questa ala spezzata.-

– Vieni qui da me, poverino. Riparati sul ramo che più ti piace-

– Oh, grazie. E potrò restare qui tutto l'inverno?-

– Certamente, mi terrai compagnia.-

Una notte il vento gelido sferzò le foglie, che caddero a terra mulinando. La betulla, la quercia, il salice, in breve tempo si trovarono nudi e intirizziti. L'abete invece conservò le sue foglie, e le conserva tuttora.

Sapete perchè? Perchè fu premiato per la sua bontà.



Attività per tutti

Ghirlande di popcorn e mandarini

Se ieri sera non avete finito tutti i popcorn questo è il momento di tirarli fuori, insieme a filo e ago (con la punta arrotondata se ci sono bimbi). Basterà infilare i popcorn nel filo, usando l'ago, per ottenere la classica ghirlanda per abbellire l'albero o un angolo della cucina, che fin da piccoli abbiamo visto nei film e nei libri natalizi. Per renderla più carina si possono alternare i popcorn con delle sfere di legno o delle perline grandi, bianche o rosse.

Un'altra ghirlandina molto semplice che possiamo fare, riciclando, è quella creata con le bucce dei mandarini. Bisogna fare attenzione a lasciare il più integra possibile la buccia e poi con un piccolo tagliabiscotti o con le forbici si creano delle formine che poi bucheremo e appenderemo ad un filo. Ogni volta che mangiamo dei mandarini in questo periodo potremo aggiungere altri pezzi alla nostra decorazione. Seccandosi si induriranno e rimpiccioliranno un po', ma rimarranno sempre molto profumate.



Ricetta della domenica

PANCAKES FACILI FACILI

È domenica e fuori è tanto freddo, ci vuole una super colazione! Questa ricetta dei pancakes non è l'originale ma è molto più semplice e probabilmente è molto più adatta per essere preparata tutti insieme!

Per circa 6 pancakes serviranno:

- 160 ml di latte intero
- 1 uovo
- 150 g di farina 00
- 1 cucchiaino raso di lievito per dolci
- 1 cucchiaio di zucchero (20 g)
- 1 pizzico di sale

Per completare a piacere: sciroppo d'acero, nutella, frutti di bosco e panna montata con zucchero a velo vanigliato.

In una ciotola mescolate il latte con l'uovo, lo zucchero e il sale. In un'altra terrina setacciate la farina e il lievito. Unite il composto liquido con quello solido e mescolate brevemente. Mescolare poco renderà i pancake più morbidi. Una volta pronto l'impasto non ha bisogno di riposo e va cotto subito

Ungete una padella antiaderente dal fondo spesso con poco olio di semi e fate riscaldare su fuoco medio. Versate un mestolo di pastella nella padella ben calda. Girate il pancake quando sulla superficie si formano tante bollicine, dopo circa 2 minuti. Cuocete anche dall'altro lato fino a quando saranno dorati, altri 2 minuti circa. Procedete così fino al termine della pastella. Servite i pancake caldissimi accompagnati da quello che preferite. Gli abbinamenti super consigliati sono: nutella e banana, sciroppo d'acero oppure frutti di bosco, con tutti sta benissimo la panna montata insieme allo zucchero a velo vanigliato!

Buona colazione!!!





Attività di famiglia

Cena a lume di candela

Per questa serata vi vorremmo proporre un'idea buffa che pensiamo possa far emozionare i più piccoli e far vivere a noi un momento un po' speciale e diverso dal solito. Che ne dite di cenare tutti insieme a tavola a lume di candela? Insieme alle luci del Natale l'atmosfera sarà sicuramente magica e con un gesto molto semplice vedremo la nostra casa e la nostra cena con altri occhi. Non lasciateci soli, proviamo questa cosa matta tutti insieme!

P.S. È anche un modo carino per usare le lanterne fatte venerdì.

