

I COLORI A DITA



ALIMENTI NECESSARI PER CREARE DIVERSI COLORI:

- **MARRONE:** potete utilizzare o il cacao amaro o il caffè/orzo in polvere.
- **GIALLO:** potete utilizzare lo zafferano o l'ananas ben frullato.
- **VERDE:** potete utilizzare il prezzemolo ben frullato, la menta ben frullata, l'acqua degli spinaci della bieta.
- **BLU:** potete utilizzare i mirtilli o le more ben frullate.
- **ROSA:** potete utilizzare qualche goccia di succo di rapa.
- **ROSSO:** potete utilizzare la polpa di pomodoro.
- **ARANCIONE:** potete utilizzare la curcuma e il curry. ma anche le carote, arance o clementine, la cui scorza deve essere ben lavata grattugiata e poi frullata.

Buon lavoro e buon divertimento!