







AQUÍ SÍ PASA BOGOTÁ MI CIUDAD MI CASA

ESTRATEGIA IEC–CIAI

GRUPO 9

Elaboro subproductos.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

BOGOTÁ

Elaboro subproductos



Fortalecer las prácticas de alimentación saludable a través de preparaciones que reduzcan el desperdicio de alimentos en el centro integrarte grupo 9

Elaboró subproductos

Esta estrategia se pretende que los participantes ayuden en la reducción del desperdicio alimentario aporta enormes beneficios para las personas y el medio ambiente. No solo se desperdician alimentos sino también los recursos utilizados y el trabajo realizado para producirlos y mantenerlos en la cadena alimentaria.

Este enfoque busca fomentar la colaboración y el empoderamiento de los cuidadores, quienes guiarán y apoyarán a los participantes en la adopción de prácticas que mejoren su bienestar general.



Elaboro subproductos

Dulce de Caballito



El dulce de caballito o de cascara de sandia es una delicia tradicional en muchas regiones de América Latina, especialmente del la region Caribe. Se elabora a partir de la cascara de sandia retirando para su utilidad solo la parte de color blanca, que se cocina lentamente en un almíbar de azúcar o panela hasta que adquiere una textura suave y un sabor dulce y jugoso. Para prepararlo, es común pelar y cortar la cascara, Citrulina o Corteza de sandía en corte juliana, luego se lavan Después, se cocinan en una mezcla de agua y azúcar o panela, a menudo aromatizada con canela y clavo, hasta que los trozos estén translúcidos y llenos de sabor. Este postre se puede disfrutar solo, como acompañamiento de queso fresco, o incluso sobre helado, ofreciendo un toque tropical y dulce que es irresistible.



Elaboro subproductos

•Para la presentación del plan generacion de apoyos se dio la oportunidad de realizar las preparaciones de alimentos con subproductos

Crema de cascara de papa y cebolla



La crema de cascaras de papa y cebolla es una sopa suave y reconfortante que destaca por su sabor profundo y su textura cremosa. Para prepararla, comienza por saltear las cascaras de cebollas y papas finamente picadas en mantequilla hasta que estén doradas y caramelizadas, lo cual potencia su dulzura natural. Luego, añade agua, junto con un toque de ajo y hierbas aromáticas como el tomillo para enriquecer el sabor. La mezcla se deja cocinar a fuego lento, permitiendo que todos los ingredientes se integren a la perfección. Se añade crema de leche o leche antes de licuar la sopa hasta obtener una consistencia homogénea.

Paletas de cascara de Mango



Las paletas de cascaras de mango son un delicioso y refrescante postre que combina la dulzura natural de la fruta con la frescura de un helado. Perfectas para combatir el calor del verano, estas paletas son muy fáciles de preparar en casa. Solo necesitas cascaras de mangos maduros, un poco de azúcar y jugo de limón para intensificar su sabor, licuas todos los ingredientes y lo pones a refrigerar en el molde de tu preferencia. Algunas recetas también sugieren añadir un toque de chile en polvo, como Tajín, para un contraste picante y dulce que resalta aún más el sabor del mango. Además de ser una opción sabrosa, las paletas de mango son una forma saludable de disfrutar de un antojo dulce, ya que están llenas de vitaminas y antioxidantes.





GRACIAS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL
BOGOTÁ