

Viikko 24

Vinkkejä & ideoita

KESÄ ON TÄÄLLÄ!

Lämmin kesä on saapunut, ja on tärkeää muistaa juoda paljon. Nauti vaikka smoothie, jonka voit tehdä tässä olevan reseptin mukaan. Marttojen sivuilta löydät lisää vinkkejä.

Tänä kesänä et ehkä voi tavata kaikkia joita haluaisit, mutta voit muistaa ja ilahduttaa heitä hienoilla, itse tehdyillä korteilla.



Kuva: Kesäkortti, Korppoon päiväkot

Kesäsmoothie

4 ½ dl marjoja (oman maun mukaan)
3 dl maustamatonta jogurttia/vettä/maitoa/kaurajuomaa/tuoremehua
2 rkl hunajaa (voi jättää pois)

Koristeluun:

Kuivattuja marjoja, omenaviipaleita, myslä ja/tai jotain luonnosta, esim. voikukan keltaisia terälehtiä tai käenkaalia (ketunleipää).

Sekoita marjat ja neste. Lisää hunajaa, jos käytät happamia marjoja kuten viinimarjoja ja puolukkaa. Koristele.

[Suomenkielisiä reseptejä Marttojen sivuilla.](#)

[Ruotsinkielisiä reseptejä Martha-sivuilla.](#)

Kesäkortit

Materiaalia:

- Paksua paperia tai kangasta
- Vasara
- Leivinpaperia
- Veitsi
- Kasveja ja kukkia.



Hauskaa askartelua kaiken ikäisille.

Kuvat: Kesäkorttien askartelua, Korppoon päiväkot

Poimi erilaisia kasveja ja kukkia ja aseta ne paksulle paperille. Aseta leivinpaperi päälle ja lyö kasveja vasaralla. Kun olet lyönyt valmiiksi, poista leivinpaperi ja rapsuta kasvit pois vetisellä tai sormilla. **MUKAVAA KESÄÄ!**