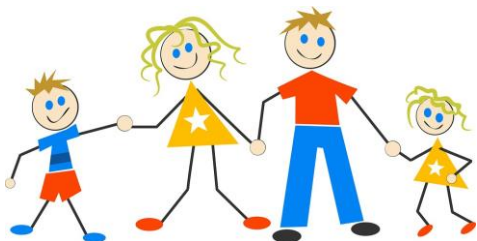


Niños y verduras

Predica con el ejemplo



Sobrecocción no, gracias



¡Viva el picoteo vegetal!



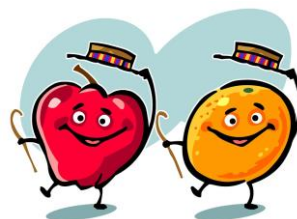
Mete al niño en la cocina bajo tu supervisión



Busca aliados: pasta, lasaña, croquetas, crepes, tortilla de maíz...



Invita a las verduras a las fiestas



Llévale al mercado



Crea tu propio huerto



Deja que construya su propia ensalada



Pasea por el campo y descubre los secretos de la huerta

