

3. ¿QUIÉNES ERAN LOS GRIEGOS?

Juegos para divertirse en familia

Coincidiendo con la situación de aprendizaje dedicada a la antigua Grecia, proponemos una receta y un juego. La receta con ingredientes que ya utilizaban en la antigüedad y que hoy seguimos usando, para hacerla en casa con la ayuda de los pequeños.

Tzatziki griego (ensalada griega)

Ingredientes:

- 2 yogures griegos
- 1 pepino
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 2 cucharadas de menta o hierbabuena fresca picada
- 1 diente de ajo
- Medio limón
- Pimienta negra molida y sal
- Unas rebanadas de pan tostado integral



¡Manos a la obra!

Pedir la colaboración de vuestro hijo o hija para su elaboración. Pelar el pepino, lavarlo y rallarlo. Echar un poquito de sal y dejarlo a escurrir en un colador para que suelte el agua. Mezclar en un cuenco los yogures griegos, el aceite, el diente de ajo machacado, el zumo de medio limón (o un poco menos), la menta picada o hierbabuena y una pizca de pimienta (al ser niños pequeños, opcional). Por último, incorporar el pepino bien escurrido y remover suavemente. Se puede servir inmediatamente, pero el *tzatziki* griego está mejor reposado un par de horas en la nevera, para que esté más frío y un poco más denso. Tomarlo untado en una tostada integral.

El escondite

En Grecia lo llamaban «las escondidas» o «la huida». Es un juego original de la antigua Grecia. Se jugaba en grupo. Uno de los participantes se coloca contra la pared o un árbol y con los ojos y la cara tapada comienza a contar en voz alta del uno al diez, o a la cifra que pueda contar vuestro hijo o hija. Al decir el último número, todos los demás participantes deben estar escondidos. El que cuenta sale a buscarlos y, al que descubre primero, se convierte en buscador, repitiéndose el juego.

