

# I comandamenti in cucina



1. *Mettiti a cucinare solo se in casa c'è un adulto e comunque chiedi il permesso prima di iniziare*
2. *Lavati bene le mani (con il sapone), controlla la pulizia delle unghie e raccogli i capelli; indossa un grembiule o indumenti che possano essere sporcati*
3. *Prima di iniziare prepara tutto l'occorrente: ingredienti della ricetta e strumenti a portata di mano*
4. *Usa con prudenza e sotto la guida di un adulto coltelli ed oggetti taglienti (pelapatate, grattugia...) e non tagliare direttamente sul tavolo o sul piano di lavoro, ma usa sempre un tagliere*
5. *Usa fornello, forno ed elettrodomestici solo in presenza di un adulto*
6. *Fai molta attenzione nel maneggiare pentole, teglie, coperchi caldi, usa sempre presine e guanti da forno. In caso di scottatura metti subito la mano sotto l'acqua fredda*
7. *Usa sottopentola o tagliere per appoggiare oggetti caldi, mai direttamente sul tavolo o sul piano di lavoro, potresti rovinarli irrimediabilmente*
8. *Tieni sottomano una spugnetta per asciugare o pulire piano di lavoro o pavimento*
9. *Comincia con semplici preparazioni e prova più volte le ricette (come a scuola, per migliorare, bisogna esercitarsi!!!)*
10. *Lascia pulita la cucina e, quando hai finito, rimetti tutto a posto; convincerai i tuoi genitori che è giusto lasciarti fare!!!*

