

IMPASTA CHE TI PASSA

Premere, schiacciare, stracciare, staccare, ricomporre... cosa c'è di meglio di una morbida pasta da manipolare per scacciare via la tensione e il malumore? Per di più, la pasta di sale è molto facile da preparare. Con semplici ingredienti naturali, spesso già presenti in casa, è possibile crearla in qualsiasi momento: divertimento e relax sono assicurati!



Occorrente

- Materiali della natura come sassolini, rami, corteccia, foglie
- Una tovaglia plastificata
- Grembiule
- Ciotola
- Cucchiaino
- Mattarello

Ingredienti per la pasta di sale:

- 4 bicchieri di farina
- 2 bicchieri di sale fino
- Spezie a scelta (opzionale)
- Colorante naturale (opzionale)

Svolgimento

- 1** Indossa il grembiule e prepara il tuo piano di lavoro posizionando davanti a te una ciotola, un cucchiaino e gli ingredienti per preparare la pasta di sale.
- 2** Metti nella ciotola la farina e il sale e mescolali.
- 3** Versa l'acqua e impasta con le mani. Se vuoi, puoi aggiungere il colorante e le spezie.
- 4** Mentre impasti aggiungi poco alla volta un po' d'acqua tiepida o un po' di farina, a seconda che il composto stia diventando troppo granuloso e friabile oppure troppo appiccicoso e molle.
- 5** Quando la tua pasta di sale diventerà omogenea e non appiccicosa, puoi continuare a modellarla e manipolarla direttamente sul tavolo.

6 Ora stendila con un mattarello e decorala come più ti piace con i materiali della natura che hai raccolto.

7 Una volta che la tua creazione sarà finita, potrai lasciarla asciugare all'aria aperta o sopra un termosifone.

Come ti senti ora? Questa attività è perfetta per rilassarsi, affinare i movimenti e lasciare libero sfogo alla creatività.