



Sylvia's Spinach

by Katherine Pryor

illustrated by Anna Raff



Spinach Berry Salad

8 cups baby spinach
1 cup sliced strawberries
1/2 cup each blueberries and raspberries
1/2 cup Feta cheese
1/4 red onion, sliced thin
1 cup chopped pecans

Dressing:

1 cup oil
1/3 cup vinegar (white, apple cider, or raspberry)
1/2 cup sugar
1 teaspoon poppy seeds
1 teaspoon dried mustard
1 teaspoon salt

Whisk dressing ingredients together in bowl. Mix spinach, berries, feta and onions in large bowl. Drizzle with dressing, add pecans and serve.

Ensalada de Espinacas y Bayas

8 tazas de espinacas tiernas
1 taza de fresas, en rodajas
1/2 taza de arándanos y frambuesas
1/2 taza de queso Feta
1/4 cebolla morada, en rodajas finas
1 taza de nueces picadas

Aderezo:

1 taza de aceite
1/3 taza de vinagre (blanco, sidra de manzana o frambuesa)
1/2 taza de azúcar
1 cucharadita de semillas de amapola
1 cucharadita de mostaza seca
1 cucharadita de sal

Mezcle los ingredientes del aderezo en un tazón. Mezcle las espinacas, las bayas, el queso feta y las cebollas en un tazón grande. Rocíe con el aderezo, agregue las nueces y sirva.




STORY FRAMEWORK/MARGO DE LA HISTORIA

Who?
¿Quién?

When? Where?
¿Cuándo? ¿En dónde?

What happened? First?
¿Qué ha sucedido? ¿Primero?

Next? How? Why?
¿El siguiente? ¿Cómo? ¿Por qué?

 Problem solved?
Problema resuelto?

Now what?
¿Y ahora, qué?

VOGABULARY VOCABULARIO

Plucked/Desplumado

Definition: to pull, usually suddenly, to remove something

Number of syllables _____

Suffix _____

Prefix _____

Part of speech _____

Can you pluck a flower from its stem?

Can you pluck a feather from a chicken?

Can you pluck a boulder from a mountain?

Use the word plucked in a sentence.

Sprouted/Germinados

Definition: to produce leaves or hair; to begin to grow

Number of syllables _____

Suffix _____

Prefix _____

Part of speech _____

Do flowers sprout in the Spring?

Do trees sprout leaves in the fall?

Will plants sprout in a garden?

Use the word sprouted in a sentence.

Instruction/Instrucción

Definition: something someone tells you to do or information how to do something

Number of syllables _____

Suffix _____

Prefix _____

Part of speech _____

Do teachers give instructions on how to complete math problems?

Do you need instructions to play a new game?

Do parents give kids instructions?

Use the word instructions in a sentence.

Background Knowledge

Spinach is good for you! Spinach is a green leafy vegetable rich in vitamins A and C and the mineral iron. People buy spinach fresh, canned, and frozen. It is served as a salad green and as a cooked vegetable. Spinach can be used as an ingredient in soups, casseroles, dips, and other prepared dishes.

Conocimientos Previos

¡La espinaca es buena para ti! La espinaca es una verdura de hoja verde rica en vitaminas A y C y el mineral hierro. La gente compra espinacas frescas, enlatadas y congeladas. Se sirve como ensalada verde y como verdura cocida. La espinaca se puede usar como ingrediente en sopas, guisos, salsas y otros platos preparados.

Figurative Language

Lenguaje Figurativo

Simile—Eating spinach makes you strong as an ox.

Alliteration—Spinach and sunflowers sprout in the soft soil.

Write your own simile and alliteration about spinach.



Did you know? ¿Lo sabías?

Spinach is part of the amaranth family, which also includes quinoa and beets.

La espinaca es parte de la familia del amaranto, que también incluye la quinua y la remolacha.

Scan or visit Ready Your Greens on YouTube to listen to Katherine Pryor read the book



Hot Spinach Dip

8 ounces cream cheese softened
1 cup sour cream
10 ounces fresh spinach leaves
1 teaspoon minced garlic
1/2 teaspoon salt
1/4 teaspoon pepper
1/2 cup grated parmesan cheese
1 1/2 cups shredded mozzarella
Bread, crackers and vegetables for serving

Steam or saute the spinach until wilted. Let cool, then wring out all the excess water. Coarsely chop the spinach. Coat a small baking dish or skillet with cooking spray. Mix all ingredients and 3/4 cup of the mozzarella cheese in a bowl. Stir until well combined. Spread the spinach mixture into the prepared dish. Top with remaining mozzarella cheese. Bake for 20 minutes or until dip is bubbly and cheese is melted. Turn the oven to broil and cook for 2-3 more minutes or until cheese starts to brown. Serve with bread, crackers and vegetables.

Dip de Espinacas Caliente

8 onzas de queso crema ablandado
1 taza de crema agria
10 onzas de espinacas frescas
1 cucharadita de ajo picado
1/2 cucharadita de sal
1/4 cucharadita de pimienta
1/2 taza de queso parmesano rallado
1 1/2 tazas de mozzarella desmenuzada
Pan, galletas saladas y verduras para servir

Cocine al vapor o saltee las espinacas hasta que se marchiten. Deje enfriar y luego escurra todo el exceso de agua. Pica las espinacas en trozos grandes. Cubra un plato para hornear pequeño o una sartén con aceite en aerosol. Mezcle todos los ingredientes y 3/4 de taza de queso mozzarellá en un tazón. Revuelva hasta que esté bien combinado. Esparce la mezcla de espinacas en el plato preparado. Cubra con el queso mozzarella restante. Hornee por 20 minutos o hasta que la salsa esté burbujeante y el queso se derrita. Encienda el horno para asar y cocine durante 2-3 minutos más o hasta que el queso comience a dorarse. Sirva con pan, galletas saladas y verduras.



Scan or visit bit.ly/Spinachleaves to listen to the song.

