

Tabela 2. Idéias de Texturas para os Alimentos

Idéias de texturas para vegetais ou frutas (p. ex., batata, batata-doce, cenoura, abóbora, brócolis, couve-flor, maçã, pera, pêssgo, ameixa, etc.)

- Purê mais líquido
- Purê mais grosso
- Amassado com grumos
- Cozido para comer com as mãos (cozido até ficar mole)
- Frito para ficar crocante

**Milho**

- Fubá / Farinha
- Polenta
- Panqueca de Milho / Cookie
- Macarrão de Milho
- Salgadinhos de Milho
- Corn Chex (Cereal de Milho)
- Kix (Salgadinho de Milho)

**Ingredientes adicionais que podem ser usados para cozinhar:**

- Sal
- Açúcar
- Fórmula Infantil Segura / Leite Materno
- Bicarbonato de Sódio
- Óleos Refinados (Milho, Canola, etc.)

