

Glückskekse

Nach einer Sage sollen in China im 13. Jahrhundert mit Nachrichten gespickte Mondkuchen dazu gedient haben, geheime Botschaften zu übermitteln. Daraus soll sich der heutige „Glückskeks“ entwickelt haben.

Zutaten:

- 40 g Mehl
- 10 g Speisestärke (Maizena)
- 50 g Puderzucker
- 50 g weiche Butter
- 1 Eiweiß (40 g)
- 1 EL Öl
- 1 Prise Salz



Zubereitung:



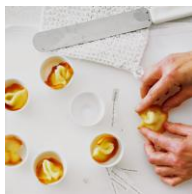
Alle Zutaten und 2 EL kaltes Wasser mit einem Schwingbesen verrühren und 1 Stunde quellen lassen

Aus einem Karton einen Kreis (Ø 9 cm) ausschneiden

Auf Backpapier immer etwa 1 TL Teig gleichmäßig in dem Kreis-ausschnitt verstreichen



Backofen auf 160 °C, Umluft 140 °C vorheizen. Kekse 6-8 Minuten backen, bis die Teigländer goldgelb sind. Sofort ein Plätzchen mit einem Messer vom Backpapier nehmen

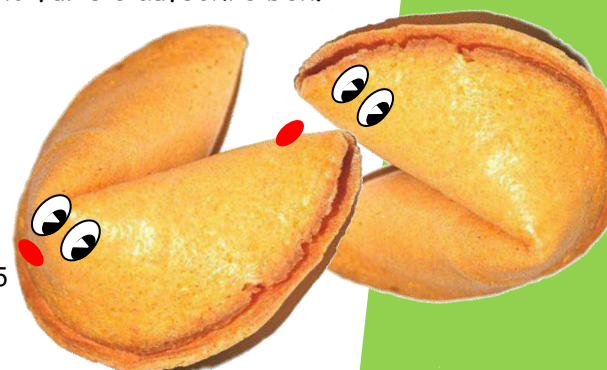


Einen Spruch in die Mitte legen, die eine Kekshälfte über die andere legen und über einem Glasrand wie ein Tortellini falten. Zum Abkühlen in ein kleines Glas legen, so behält er die Form

Tipps für Sprüche:

- Für Kinder, die noch nicht lesen können, eignen sich Bilder z.B. von Tieren, oder Comicfiguren. Zum Vorlesen eignen sich auch Witze oder Glückwünsche.
- Eine andere Möglichkeit ist, dass die Kinder vorgängig Bilder für die anderen Kinder malen und diese dann in die Kekse zu verpacken. Sie können die Glückwünsche der Kinder auch entgegennehmen und für sie aufschreiben.

Ganz viel Glück im neuen Jahr!



MÄUSEBRÖTCHEN

Für einmal können die Kinder Katzen spielen und auf Mäusejagd gehen. Die Mäusebrötchen lassen sich in der Kita gut verstecken und werden sicher gerne von hungrigen „Kätzchen“ gesucht und später am Znüni-/Zvieritisch genascht. Unten finden Sie ein Rezept für Mäusebrötchen sowie eine Anleitung zu einem Katz- und Maus-Fingerspiel.



Zutaten für 10-15 Mäusebrötchen:

- 400g Weissmehl
- 100g Vollkornmehl
- 1 ½ TL Salz
- 50 g weiche Butter
- 20g Hefe frisch, zerbröckelt
- 2.5 dl Milch
- Ca. 30 geschälte Mandeln und Weinbeeren
- Braune Schnur (z.B. Hanfschnur), 1 Stricknadel

Zubereitung:

1. Hefe in der warmen Milch auflösen
2. Milch-Hefe-Gemisch in eine Schüssel mit vorbereitetem Mehl, Butterflocken und Salz geben
3. Gut kneten bis der Teig geschmeidig ist
4. Den Teig an der Wärme um das Doppelte aufgehen lassen
5. Teig in 10-15 Stücke teilen und Tropfen formen (die Spitze wird das Schnäuzchen der Maus). Mit dem Messer kleine Schnitte machen an den Stellen von Augen und Ohren, Mandeln mit der Spitze nach unten einstecken und Weinbeeren als Augen eindrücken.
6. Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen ca. 20-25 Minuten backen
7. Am Schluss mit Hilfe einer Stricknadel das Schnurschwänzli befestigen



Finger- und Rollenspiel „5 kleine Mäuse“

Spielidee: Eine Hand spielt mit den Fingern die Mäuse, die andere Hand spielt die Katze. Der Text wird mit den Händen nachgespielt. Dazu sitzen alle im Kreis auf dem Boden.

Zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten, sollte das Fingerspiel zweimal gespielt werden, so dass die Hände beim zweiten mal ihre Rollen tauschen können.

Text:

Seht Euch diese 5 kleinen Mäuschen an,
sie zappeln gerne dann und wann.

Die Finger der einen Hand zappeln hin und her

Doch schaut hier die große Tatze,
die gehört Nachbars Katze.

Die andere Hand hoch halten und zeigen

Die Mäuschen werden leise und still
Und legen sich ganz flach hin.

Die Hand wird flach auf den Boden gelegt

Die Katze streckt die Krallen aus
Und kommt aus dem Versteck heraus.

Die Finger mehrmals wie Krallen krümmen

Die Mäuschen haben Angst und zittern,
man hört sie richtig bibbern.

Mit den Fingern auf dem Boden zittern und Piepsgeräusche machen

Die Katze schleicht listig heran,
setzt auch schon zum Sprunge an.

Die Finger über den Boden ziehen

Doch die Mäuschen machen sich ganz groß

Die Hand zeigen und die Finger dabei spreizen und strecken

Und flitzen ganz schnell los.

Ab ins Versteck und sind weg!

Mit den Fingern über den Boden hinter den Rücken laufen



Eine Oster-Dekoration zum Beobachten und Essen

Etwas Geduld ist gefragt, bis der grüne Kresse-Haarschopf in voller Pracht steht. Aber es ist auch spannend zu beobachten, wie die Samen langsam spriessen.

Material:

- Eier
- Watte (oder Kosmetiktüchlein)
- Kressesamen
- Eierbecher oder Eierkarton



Die Eier vorsichtig am oberen Ende aufschlagen, so dass jeweils eine schöne grosse Schale bleibt. Die Eierschalen mit etwas Spülmittel mit heissem Wasser waschen, gut spülen und trocknen lassen.

Die Eier nach Belieben farbig bemalen oder Gesichter darauf zeichnen.

Anschliessend die Schalen in Eierbecher oder einen Eierkarton stellen, mit Watte auslegen, diese befeuchten und Kressesamen darauf streuen. In den nächsten Tagen am besten morgens und abends mit einer Blumenspritze befeuchten, bis die Kresse-Eier nach

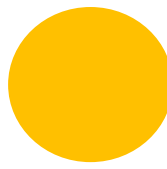
5-7 Tagen zur Tischdekoration und zum Essen bereit sind.

Die Kresse als Dekoration für Eierbrötchen, als würzige Garnitur für Zvieribrötli mit Frischkäse verwenden oder einfach über den Salat oder das Essen streuen.

Tipps für die Verwendung der Eier:

- Omeletten oder Spätzli
- Caramelköpfler im Ofen
- Rührei
- Spanische Tortilla





GÄNSEBLÜMCHENBROTE MIT BÄRLAUCH

Wir wünschen uns den Winter langsam in laaaange Ferien und sehnen uns dem Frühling entgegen. Sobald der Schnee an sonnigen Flecken schmilzt, recken auch die ersten Frühlingsboten ihre Köpfchen der Wärme entgegen, die Gänseblümchen.

Zutaten für 6 Brote:

- 6 Scheiben Vollkornbrot
- 150g Frischkäse
- 2-3 Blätter Bärlauch, in feine Streifen geschnitten
- Ca. 30 gesammelte Gänseblümchen
- Salz
- 1 Karton Kresse

Zubereitung Frischkäsemischung:

1. Frischkäse mit Bärlauchstreifen, Salz und Gewürzen mischen
2. Gepflückte Gänseblümchen entstielen, waschen und trocken tupfen
3. Brote mit Frischkäsemischung bestreichen, wenig Kresse und Gänseblümchen darauf anrichten... und fertig sind die Sonnenbrote



Tipps:

Alternativen zu „gewöhnlichem“ Brot: Getoastetes Brot, Schwedenbrötchen, Pumpernickel oder Knäckesticks mit Lauch und Karotte (z.B. von Coop Naturaplan) sind feine Alternativen zu Brot

Wo Gänseblümchen zu finden sind: Im Rasen wachsen sie besonders gut, da das Gras niedrig ist. Wichtig ist, dass sie auf einer ungedüngten Wiese gepflückt und gut gewaschen werden.

Wo Bärlauch zu finden ist: In schattigen, feuchten und humusreichen Laubwäldern. Es gibt giftige Pflanzen, die dem Bärlauch sehr ähnlich sehen, es ist deshalb Vorsicht geboten. Bärlauch riecht nach Knoblauch, wächst an Stielen einzeln aus dem Boden, ist auf der Rückseite weisslich-grün und hat in der Mitte eine hervorstehende Blattader. Sind Sie unsicher, verwenden sie Bärlauch vom Markt oder Schnittlauch.

Übrigens: Die Blüten vom Bärlauch sind auch essbar.

Andere essbare Blüten: Löwenzahn, Schlüsselblume, Kapuzinerkresse, ungespritzte Rosen- oder Lavendelblüten usw.



Erdbeer - Hüte

Kleine Geschichte zu den Erdbeerhüten

Fiona mag Hüte, deshalb trägt sie immer einen Hut. Sogar nachts! Was Fiona aber nicht so mag, sind Erdbeeren, da diese Frucht nichts von einem Hut hat. Bis ihre Schwester ihr vorschlägt, gemeinsam einen Erdbeerhut zu machen. Einen zum Tragen oder einen zum Essen, will Fiona wissen. Natürlich einen zum Essen, meint die Schwester. Fiona ist neugierig geworden. Sie möchte wissen, wie sie sich einen Erdbeerhut machen kann. Möchtest du auch wissen, wie du einen Erdbeerhut machen kannst? Dann schau dir das Rezept an und besorge dir die Zutaten auf der Liste!

Zutatenliste für 6-8 Kinder:

20-25 kleine Reiswaffeln

400g Erdbeeren

100g Magerquark

80 ml Rahm

1 TL Vanillezucker

Ev. 2 TL Ahornsirup

Hilfsmittel

Rüstbrett, Rüstmesser

Schwingbesen

Schüssel

Mixer



Zubereitung:

Stelle zuerst alle Zutaten und Hilfsmittel bereit, welche auf der Liste erwähnt sind. Wasche und rüste die Erdbeeren. Und los geht's!

Giess den Rahm in eine Schüssel und mixe ihn, bis eine cremige Masse entsteht. Mixe nicht zu lange, sonst hast du Butter!

Rühre nun den geschlagenen Rahm langsam unter den Magerquark. Zum Süssen nimmst du etwas Vanillezucker, so hat deine Creme einen feinen Vanilleschmack. Mhmm!

Verteile den Vanillequark mit zwei kleinen Löffeln auf den ausgebreiteten Reiswaffeln. Am besten in Form einer Pyramide.

Zum Schluss setzt du eine Erdbeere auf die Creme. Erkennst du deine kleinen Erdbeerhüte? Schmecken sie dir auch so gut wie Fiona?



Polenta-Tiere mit Ratatouille und Tofu



Zutatenliste für 4 Kinder:

Ratatouille:

- ½ EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- ½ Zehe Knoblauch
- ca. 70g Tomaten
- ca. 70g Aubergine
- ca. 70g Peperoni
- ca. 70g Zucchini

Frische Kräuter :Thymian, Basilikum,
Oregano

wenig Salz und Pfeffer

Polenta:

- 160g grober Mais (Bramata)
- 1/2 KL Salz oder Gemüsebouillon
- 30g Reibkäse

Tofu:

- 2 EL Sojasauce
- 200g Tofu
- 1 EL Olivenöl

Ev. Sesam



Zubereitung

Ca. 8dl Wasser mit ½ KL Salz oder Gemüsebouillon aufkochen. Den Mais einrühren und auf kleinster Stufe ca. 40 Min. kochen. Von Zeit zu Zeit umrühren. Die gekochte Masse auf einer Unterlage ca. 1 cm dick ausstreichen und auskühlen lassen. Tiere aus der Masse ausstechen, mit Reibkäse bestreuen und im Backofen kurz goldbraun backen.

Zwiebel und Knoblauch zerkleinern. Das Gemüse in gleichmässige Stücke schneiden. ½ EL Olivenöl, Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne erhitzen und kurz dünsten. Das Gemüse dazugeben und mitdünsten. Leicht salzen und mit wenig Pfeffer und den Kräutern würzen, 15-20 Min. zugedeckt dämpfen.

Tofu in kleine Würfel schneiden, mit Sojasauce zugedeckt ca. 30 Min. marinieren. Tofu mit 1 EL Olivenöl anbraten. Nach Wunsch Sesam darüber streuen.

Einen guten Appetit!



Fruchtige und blühende Eiswürfel



Der Sommer ist da!

Zeit für erfrischende Getränke, mit überraschenden Eiswürfeln bunt gekühlt. Es gibt vieles, das man in Eiswürfelformen einfrieren kann:

Essbare Blüten

Gänseblümchen, Veilchen, Kapuzinerkresse, Mohn, Lavendel, ungespritzte Rosenblätter, Borretsch, Hibiskus, Ringelblumen,

Früchte

Himbeeren, Johannisbeeren, Heidelbeeren, Erdbeeren, Brombeeren, Zitronenstücke, Limettenscheibchen,

Kräuter

Minze, Melisse, Verveine, Zitronenthymian, ...

Tipps:

- Die Eiswürfel zum Aufpeppen von Leitungswasser, zum Kühlen von selbstgemachtem ungesüssten Eistee, Fruchtsaftschorle oder Früchtebowle verwenden.
- Wird das Wasser vorher abgekocht, werden die Eiswürfel klarer
- Wasser mit wenig Frucht- oder Gemüsesaft einfärben und schichtweise in Würfelform einfüllen (zwischen den Schichten wieder einfrieren)
- Melonenkugeln lassen sich gefroren auch als erfrischende Eiskugeln im Getränk verwenden.

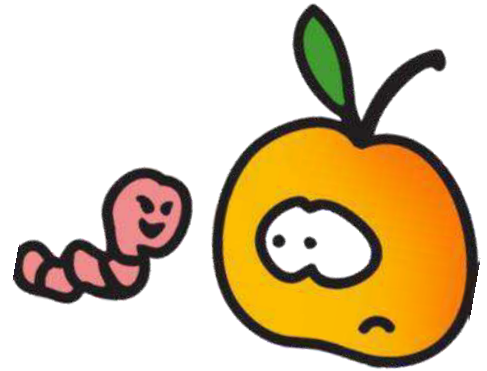


APFELRINGE DÖRREN

Dörren ist eine der ältesten Arten, Früchte und Gemüse haltbar zu machen. Durch das Trocknen oder Dörren wird dem Lebensmittel fast alles enthaltene Wasser entzogen. Das nimmt Mikroorganismen ihre Lebensgrundlage und die Lebensmittel bleiben dadurch länger haltbar.

Zutatenliste für ca. 150g Apfelringe:

- 1 kg säuerliche Äpfel z.B. Gravensteiner
- $\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
- 1 Liter Wasser



Zubereitung:

- Kerngehäuse der Äpfel ausstechen. Äpfel in ca. $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Backofen auf 60 °C vorheizen
- Zitronensaft mit dem Wasser mischen und Apfelscheiben darin ca. 2 min einlegen
- Apfelringe abtropfen lassen und trockentupfen
- Nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Je nach Dicke 4,5-5 Stunden bei leicht geöffneter Ofentür dörren (z.B. Kelle oder Korkzapfen zwischen Tür und Ofen klemmen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann)
- Von Zeit zu Zeit wenden
- Apfelringli auskühlen lassen. In verschliessbare Dose füllen. Gut verpackt sind die Apfelringli 4-6 Monate haltbar.

Tipps:



- Apfelringli sind fertig gedörnt, wenn sie elastisch sind und sich ledrig anfühlen.
- In der gleichen Art lassen sich auch andere Früchte wie Zwetschgen oder Ananas aber auch Gemüse und Pilze im Ofen dörren. Die Dörrdauer kann jedoch variieren.
- Wenn ein Dörrex (Dörrgerät) zur Verfügung steht, die Dörrdauer in der Gebrauchsanleitung beachten.





Kürbisonster und monsterstarke Kürbissuppe

Materialliste für die Kürbislaterne:

1 Kürbis, Messer, Löffel, kleines Glas, Teelicht, Filzstift

Bastelanleitung

1. Gewünschtes Gesicht /Grimasse mit wasserfestem Filzstift einzeichnen
2. Um den Stiel des Kürbisses ein 5-Eck ausschneiden. Beim Ausschneiden sollte das Messer schräg gehalten werden, dann hält das ausgeschnittene Stück auch nach dem Eintrocknen noch
3. Als nächstes wird der Kürbis mit einem Esslöffel ausgeschabt (Kerne in den Kompost, Kürbisfleisch in eine Schüssel geben für die Suppe)
4. Wenn die Kürbiswand ca. 1 cm dick ist, kann das Gesicht / die Grimasse geschnitzt werden. Ausgeschnittene Teile nach innen drücken, entfernen
5. Am Schluss das Teelicht in einem Glas in den Kürbis stellen und los geht der Grusel-spass

Zutatenliste Kürbissuppe für 6-10 Kinder:

- 1 EL Rapsöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Ca. 500 kg Kürbisfleisch, in Stücken
- Ca. 2 Stk. kleine Kartoffeln, in Stücken
- 1 TL Currypaste, mild
- 1 Stk. Ingwer, daumengross, geschält und geraffelt
- Ca. 5 dl Gemüsebouillon
- 1-2 dl Kokosmilch (oder Halbrahm)



Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch in Scheiben geschnitten im Öl andünsten und würzen
2. Kürbis- und Kartoffelstücke zugeben, würzen und mit Bouillon ablöschen
3. Ca. 20-30 Minuten kochen bis die Kartoffeln und der Kürbis weich sind. Kurz vor Schluss die Kokosmilch zugeben.
4. Im Mixer pürieren oder durchs Passevite drehen, je nach gewünschter Konsistenz kann nochmals etwas Wasser oder Kokosmilch beigegeben werden
5. Mit Gewürzen abschmecken und servieren

Tipps:

- Am Schluss ein Klecks Kokosmilch beigegeben und mit einer Gabel die Oberfläche marmorieren
- gemahlene Mandeln rösten und darüber streuen
- Die Currypaste kann auch mit 1-2 TL Currypulver ersetzt werden

Guten Gruuuuuselschmaus!!

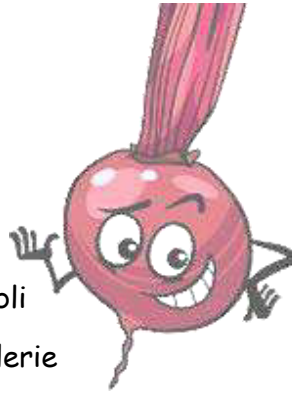


GEMÜSECHIPS

Wintergemüse ist ganz und gar nicht langweilig!
In Form von kunterbunten Chips sind sie eine Augen- und Gaumenfreude.

Zutaten:

- 1 Rande
- 1 Süsskartoffel
- 1-2 dicke Rüebli oder Pfälzer Rüebli
- 1 mittelgrosse Pastinake oder Sellerie
- 3-4 EL Pflanzenöl (z.B. Olivenöl)



So werden die Chips perfekt:

1. Gemüse waschen, schälen und mit einem Hobel oder einem grossen Messer in dünne Scheiben schneiden (ca. 0.2 - 0.3 cm)
2. Scheiben mit Pflanzenöl oder Bratcreme bepinseln oder in einer Schüssel mit 3-4 EL Öl gut mischen
3. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, z. B. mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen (hier ist Experimentieren erwünscht)
4. Bei 150 °C 60-90 Minuten backen (die Dauer hängt von der Dicke der Chips ab)
5. Die Chips von Zeit zu Zeit wenden, damit sie nicht verbrennen. Ofen ab und zu für eine Weile einen Spalt breit öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.
6. ...und verlieren sie nicht die Geduld! Wird der Ofen zu heiss eingestellt um den Trocknungsvorgang zu beschleunigen, werden die Chips zu dunkel und schmecken nicht mehr.

Die Chips eignen sich als Beilage aussergewöhnlicher Mahlzeiten, als Apéro oder als Geburtstagszvieri.

Gut Knusper!!!



Grittibänz

Grittibänz, Grätimaa oder Elggermaa - egal wie das Teigmännli oder -fraueli genannt wird, es ist fein und gehört zur Samichlaus- und Adventszeit.

Zutaten für 6-8 Zvieri-Grittibäzen:

- 300g Weissmehl
- 200g Vollkornmehl / Dinkelmehl
- 1TL Salz
- 2TL Zucker
- 75g Butter
- $\frac{1}{2}$ Würfel Hefe
- 3 dl Milch
- Nüsse
- Rosinen



1. Geben Sie 500 g Mehl, 1 TL Salz, 2 TL Zucker und 75g weiche (zimmerwarme) Butter in Stücke geschnitten in eine Schüssel.
2. Lösen Sie $\frac{1}{2}$ Würfel Hefe (ca. 21g) in 3 dl lauwarmen Milch auf, geben Sie es zu der Mehlmischung und kneten Sie alles zu einem Teig zusammen, bis er weich und elastisch ist (mind. 5 Minuten, beim Aufschneiden mit einem Messer sollen kleine Luftblasen sichtbar sein). Vielleicht helfen die grösseren Kinder beim Kneten mit?
3. Decken Sie den Teig mit einer Klarsichtfolie oder einem sauberen, feuchten Tuch zu und lassen Sie ihn ca. 1 Std. um das Doppelte aufgehen.
4. Machen Sie aus dem Teig 6-8 Stücke. Wenn Sie mögen, können Sie etwas davon beiseite stellen, um Ihre Grittibäzen am Schluss zu verzieren. Dann jede Teigportion zu einer ovalen Form formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Für den Kopf auf beiden Seiten der Ovale mit dem Messer oder einer Schere je ein Dreieck ausschneiden, für Arme und Beine den Teig einschneiden. Mit der Schere Haare schneiden.
5. Die Grittibäzen mit Rosinen, Nüssen und Mandelstiften verzieren, z.B. als Augen, Hosens- oder Jackenknöpfe. Oder flechten Sie aus dem restlichen Teig einen dünnen Zopf und statten Sie einige mit Haaren aus, indem Sie den Teigzopf mit ein wenig Wasser am Kopf „festkleben“.
6. Bestreichen Sie die Grittibäzen mit verklopftem Ei und backen Sie sie bei 180 °C während ca. 20-30 Minuten.
7. Backprobe: Der Grittibänz ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt.

Viel Spass beim Kneten, Formen und Backen mit den Kindern und einen guten Appetit!



Christbaumschmuck aus Salzteig

Man könnte sagen, Salzteig sei ein alter Zopf. Aber das ist kein Grund, ihn zu verschmähen. Er wird aus einfachen Zutaten wie Mehl, Salz und Wasser hergestellt, ist kostengünstig und Kinder lieben es, ihn zu kneten. Mit Essen hören sie schnell wieder auf und der Kreativität ist mit diesem Material kaum ein Ende gesetzt!

Zutaten:

- 1 Tasse Mehl
- 1 Tasse Salz
- 8-10 EL Wasser



Zubereitung:

- Mehl, Salz und Wasser vermengen und zu einem homogenen Teig kneten
- Diesen dann wie gewünscht formen
- 30-40 Minuten im auf 150 °C vorgeheizten Ofen trocknen lassen
- Die ausgekühlten Figuren bemalen, dekorieren
- Ev. mit Klarlack lackieren

Basteltipps:

Formen: Kinder können z.B. gut Kugeln formen und diese lassen sich vielfältig verwenden. Mit einem Zahnstocher aufgespiesst lassen sich aus zwei Kugeln z.B. Schneemänner oder Engel zaubern. Mit Guetsliförmli lassen sich Figuren ausstechen, die bemalt, verziert und gelocht jeden Christbaum verschönern.

Bemalen: Acrylfarben, Bauernmalfarben und Plakatfarben

Teig einfärben: Salzteig kann mit Lebensmittelfarben, Gewürzen, Kakao oder Kaffee eingefärbt werden. Als Gewürze eignen sich besonders Paprika, Curry, Zimt und Randensaft (anstelle von Wasser).

Lackieren: Lacke, ob Klarlack für Holz oder extrafeiner Gouache-Lack, sollten erst aufgetragen werden, wenn die Figur richtig trocken ist. Sie schützen die Salzteig-Kreationen vor Feuchtigkeit und vor Farbverlust und gewähren somit eine längere Haltbarkeit. Zusätzlich verleihen sie der Figur einen kleinen Glanzschimmer.

Verzierung: Pailletten, Goldstaub, Sterne usw. auf den noch feuchten Klarlack geben und wenn nötig vorsichtig andrücken.



Wir wünschen Ihnen und den Kindern eine besinnliche Weihnachtszeit!!!

