

Kochen mit Kindern: unsere Top 8 Blogger-Rezepte



Müsli-Auflauf mit Beeren

Zutaten:

- 50 g Butter
- 2 Eier
- 150 ml Milch
- 50 g Honig
- ½ Pck. Backpulver
Vanillearoma oder Vanillezucker
- 200 g Früchte-Müsli ohne Zuckerzusatz
Naturjoghurt
- 200 g Beeren (wir haben Blaubeeren,
Erdbeeren und Johannisbeeren genommen)

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter schmelzen und abkühlen. Eier, Milch, Butter, Honig, Backpulver und Vanille verrühren.
2. Müsli dazugeben. Die Masse ist noch sehr flüssig, aber macht euch darüber keine Sorgen.
3. Die Masse mit den Beeren in eine Auflaufform geben und 45 Minuten backen.
4. Kurz abkühlen und mit Naturjoghurt und frischen Beeren servieren.

Frühstückmuffins mit Apfel & Karotte

Zutaten:

- 1 Karotte
- 1 Apfel
- 100 g Nüsse
- 300 g Mehl
- 3 Eier
- 70 ml Honig
- 100 ml Öl
- ½ Pck. Backpulver
- 50 g Kokosraspel
- 100 g Rosinen
- 1 Pck. Vanillezucker und eine Prise Zimt
etwas Öl für die Form

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Karotte grob reiben, Apfel in kleine Stücke schneiden, Nüsse zerkleinern.
2. Mehl, Eier, Honig, Öl, Backpulver verrühren. Kokosraspel, Karotte, Apfel, Nüsse, Rosinen, Vanillezucker und Zimt dazugeben und schön vermengen.
3. Die Vertiefungen der Muffinform mit Öl einpinseln und mit dem Teig füllen. 25–30 Minuten backen, bis die Muffins goldbraun werden.

Die Muffins schmecken megalecker! Ohne Nüsse sind sie auch für kleinere Kinder (ab 1 Jahr) geeignet.



Kochen mit Kindern: unsere Top 8 Blogger-Rezepte

Sandys Rezept- Tipps



Partyschlange

Zutaten für zwei Schlangen:

BRÖTCHENTEIG:

8 g Hefe
1 TL Zucker
360 g Wasser
450 g EDEKA Bio-Dinkelmehl 630
300 g EDEKA Bio-Weizenmehl 550
160 g Joghurt
2,5 TL Salz

FÜR DIE DEKO:

Karotte, Mini-Mozzarella,
Pfefferkörner etc.

JOGHURT-PETERSILIEN-DIP:

120 g Magerquark
120 g Joghurt
50 g Milch
1,5 TL Gemüsepaste
1 TL Knoblauchpaste (optional)
2,5 TL gehackte Petersilie
Etwas Salz

Zubereitung:

1. Hefe und Zucker in handwarmem Wasser auflösen und danach alle weiteren Teigzutaten hinzugeben und gut verkneten.
2. Den Teig in eine Schüssel geben und 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen. Danach über Nacht im Kühlen (Garage oder Kühlschrank) gehen lassen.
4. Am Morgen den Teig aus der Schüssel nehmen und je 50–60 g Teiglinge abstechen, für den Kopf das Doppelte an Teig.
5. Die Teiglinge in runde Brötchen formen und mit Abstand auf ein Backblech legen.
6. Die Brötchen mit Wasser besprühen und nochmals 10 Minuten gehen lassen.
7. Backofen auf 230 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen und ca. 15–20 Minuten backen.
8. Etwas abkühlen lassen und nach Lust und Laune dekorieren. Besonders wichtig sind hier die Karotte (für Augen und Zunge) und Mini-Mozzarellas für die Augen.
9. Für den Dip alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen.



Paprika, Gemüsebecher & Birnen-Igel

Die Zutaten für diese kleinen süßen Fingerfood-Ideen habe ich jetzt nicht explizit aufgelistet. Die Spieße für den Paprikabaum kann jeder zusammenstellen, wie er mag. Bei mir waren es Mini-Mozzarella, Würstchen, Käsewürfel und Cocktailtomaten. Man könnte z. B. auch Mini-Salamis oder anderes Gemüse nutzen.

Die Herstellung des Birnen-Igels ist auch im Nu geschehen. Den vorderen Teil einer Birne schälen, Spitze abschneiden und immer 2 Trauben auf einen Spieß fädeln und diese dann in die Birne stecken. 2 Pfefferkörner als Augen und vorne als Schnauze das Ende eines Würstchens (oder auch eine halbe schwarze Olive).

Für den Gemüsebecher müsst Ihr nur den oberen Teil einer Paprika abschneiden und dann einiges an Gemüse in Streifen schneiden – Karotten, Paprika und Gurke. Ab in den Paprika-Becher damit und bereit ist dieser zum Dip-Angriff.

Kochen mit Kindern: unsere Top 8 Blogger-Rezepte



Anjas
Rezept-Tipp

Kartoffel-Muffins mit Sauerrahm-Dip

Zutaten:

600 g	Kartoffeln
250 g	Zucchini
1	Frühlingszwiebel
4	Eier
50 ml	Kochsahne
150 g	Käsestreusel
	Gewürze wie z. B. Salz, Pfeffer und Kräuter
100 g	Sauerrahm
	frische Kräuter

Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen und raspeln und dann in eine große Schüssel geben.
2. Die Zucchini raspeln, zu den Kartoffeln geben und stehen lassen. Nach einer Weile bildet sich Wasser auf dem Schüsselboden, das man dann abschüttet.
3. Eine kleine Zwiebel klein hacken und ebenfalls in die Schüssel geben.
4. Eier, Käsestreusel, Sahne und Kräuter zugeben und alles miteinander gut vermischen.
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und dann in Muffin-Förmchen füllen. Ich empfehle hier die Silikon-Förmchen, da ich sowohl Papierförmchen und Silikonförmchen ausprobiert habe. Aus den Silikonförmchen ließen sich die Muffins viel besser entnehmen.
6. Die Kartoffel-Muffins im Backofen bei 180 Grad (Heißluft) für 25 Minuten goldbraun backen. Wer mag, kann sie noch mit Schinkenwürfeln und Parmesankäse bestreuen.
7. Für den Sauerrahm-Dip 100 g Sauerrahm in ein Schälchen füllen und frische Kräuter hacken. Wir haben Rosmarin und Petersilie verwendet. Dann den Dip mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken und ggf. weitere getrocknete Kräuter zufügen.



Kochen mit Kindern: unsere Top 8 Blogger-Rezepte



Kerstins Rezept-Tipps

Lieblings-Pizza

Zutaten für zwei Pizza-Bleche:

450 g Mehl
250 g lauwarmes Wasser
10 g Hefe
2 TL Salz
2 TL Olivenöl
passierte Tomaten
Salz, Pfeffer und Pizzagewürz
Belag nach Wunsch
geriebener Käse

Zubereitung:

1. Zuerst wird die Hefe in dem lauwarmen Wasser aufgelöst. Das können schon die Kleinsten. Anschließend kommen die restlichen Zutaten dazu und das Ganze wird mit der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verarbeitet. Der Teig sollte dann eine halbe Stunde, mit einem Handtuch abgedeckt, an einem warmen Ort ruhen, damit er aufgeht.

2. Die Zeit können dann die kleinen Köche nutzen, um aus den passierten Tomaten, Pfeffer, Salz und Pizzagewürz die Pizza-Soße zu machen. Ist der Teig dann aufgegangen, wird er, am besten mithilfe von Mutti oder Vati, ausgerollt, anschließend auf ein gefettetes Blech gelegt und mit der Soße bestrichen.

3. Dann kann die Pizza nach Herzenslust belegt werden. Egal, ob vegetarisch mit Tomaten, Paprika oder Pilzen, mit Mozzarella, Thunfisch oder Schinken, mit Mais, Speck oder wie bei uns mit Salami. Erlaubt ist,

was schmeckt und alle gern mögen.

4. Die Pizza mit geriebenem Käse bestreuen und bei 180°C Umluft 25–30 Minuten backen.

Obstsalat al gusto

Zutaten:

Äpfel
Birnen
Trauben
Mandarinen
Orangen
Bananen
Kiwis
etwas Kokosblütenzucker oder Traubenzucker
ein paar Mandeln
Saft einer ausgepressten Orange

Zubereitung:

1. Das Obst waschen und bei Bedarf schälen. Alles in kleine Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

2. Das Obst mit dem Saft der Orange, dem Trauben- oder Kokosblütenzucker und den Mandeln vermengen.

Tip: Sollte von dem Obstsalat noch etwas übrig bleiben, könnt ihr daraus noch einen leckeren Smoothie machen.

Kochen mit Kindern: unsere Top 8 Blogger-Rezepte



Mascarpone-Joghurt-Creme mit karamellisierten Äpfeln und gebackenem Crunch

Zutaten für vier Personen:

25 g	Butter
2 EL	flüssiger Honig
3 EL	Zucker
1 TL	Zimt
3 Pck.	Vanillezucker
35 g	zarte Haferflocken
35 g	kernige Haferflocken
2	Äpfel (z. B. Gala)
250 g	Mascarpone
150 g	Naturjoghurt

Zubereitung:

1. Für den Crunch den Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 190°C/Umluft: 170°C). Butter, 1 EL Honig und 1 EL Zucker in einem Topf erhitzen und unter Rühren auflösen. Erst ½ TL Zimt und 1 Päckchen Vanillezucker, dann die Haferflocken unterrühren.

2. Die Masse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verstreichen und auf der mittleren Schiene ca. 5 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

3. Die Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden. 2 EL Zucker in einem Topf unter Rühren auflösen und karamellisieren lassen. Die Apfelstücke dazugeben und mit dem Zucker vermischen. 1 EL Honig und 1 Päckchen Vanillezucker dazugeben und unterrühren.

Mit Zimt abschmecken und 5 Minuten braten lassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

4. Mascarpone, Joghurt und 1 Päckchen Vanillezucker vermischen und zu einer glatten Creme verrühren.

5. Abwechselnd Mascarpone-Joghurt-Creme und karamellierte Äpfel in kleine Dessertgläsern schichten und mit dem gebackenen Crunch bestreuen.

