

## Rezeptbuch



Aus diesem Fundus an Rezepten kannst du gerne mal etwas nachkochen. Gerne auch etwas anderes – wichtig ist, dass du nicht aus der Übung kommst und zuhause auch in der Küche gut mithilfst!

**Bitte nicht extra einkaufen gehen – Danke!**

Das habe ich gekocht oder gebacken:

Diese Aufgabe habe ich übernommen oder dabei  
geholffen:

## Muffins Amerika



Zutaten	Arbeitsschritte
10 dag Schokolade	Schneide die Schokolade in feine Stücke
1 Ei	Gib in eine Schüssel: Ei, Zucker, Vanillezucker, Öl, Buttermilch. Rühre mit einer Gabel.
½ Becher Zucker	
1 Packung Vanillezucker	Gib Mehl, Backpulver, Schokolade dazu. Rühre.
6 Esslöffel Öl	
1 Becher Buttermilch	Schalte das Backrohr auf 180 Grad. Gib die Papierschüsseln in die Muffinform. Nimm einen Esslöffel. Fülle den Teig in die Papierschüsseln.
1 ¾ Becher Mehl	
3 Kaffeelöffel Backpulver	
Papierschüsseln für die Muffinform	
Muffinform	

# Müsliriegel und Bananenmilch



Zutaten	Arbeitsschritte
30 dag Trockenfrüchte	Schneide die Trockenfrüchte klein.
25 dag geriebene Nüsse	Gib in eine Schüssel: Eier, Rohrohrzucker, Honig. Mixe alles gut.
2 Eier	
1 Esslöffel Rohrohrzucker	Gib dazu: Trockenfrüchte, Nüsse, Zimt, Haferflocken, Mehl. Rühre mit einem Kochlöffel.
12 dag Honig	
1 Kaffeelöffel Zimt	Schalte das Backrohr auf 180 Grad. Gib Backpapier auf ein Backblech. Streiche den Teig ca. 1 cm hoch auf das Backpapier. Backe den Teig ca. 20 Minuten hellbraun.
10 dag Haferflocken	
7 dag Dinkelvollkornmehl	
	Schneide den Teig in kleine Riegel.

Zutaten	Arbeitsschritte
½ Liter Milch	Schäle die Bananen.
2 reife Bananen	Gib die Bananen in einen Rührtopf.
1 Kaffeelöffel Vanillezucker	Nimm eine Zitronenpresse. Presse den Saft aus der Zitrone.
½ Kaffeelöffel Zimt	Gib in den Rührtopf: 1 Esslöffel Zitronensaft, Vanillezucker, Zimt. Mixe mit einem Mixer die Bananen weich.
½ Zitrone	
<b>Was bedeutet doppelte Menge?</b>	Mixe mit dem Mixer die Milch dazu.

<b>Doppelte Menge also alles Mal 2</b>  ½ Liter Milch mal 2=  1 ganzer Liter	
	Gieße die Milch in ein Glas.

# Kaiserschmarrn mit Apfelkompott

Zutaten	Arbeitsschritte
25 dag Mehl = ____ g 1 Prise Salz 4 Euer ¼ Liter Milch = ____ ml 2 Kaffeelöffel Butter	Richte alle Arbeitsgeräte her. 1 große Rührschüssel 1 kleine Rührschüssel Mache die Eier auf. Gib das Eiweiß in einen Rührtopf. Gib das Eigelb in eine Schüssel. Mixe das Eiweiß zu festem Schnee. Gib Mehl, Salz und Milch zum Eigelb. Mixe gut. Gib den Schnee zum Teig. Rühre mit einem Kochlöffel. Nimm eine große Pfanne. Mache in der Pfanne die Butter warm. Gieße den Teig in die Pfanne. Backe den Teig auf beiden Seiten langsam hellbraun. Nimm 2 Gabeln und reiße den Teig in kleine Stücke.
Zutaten	Arbeitsschritte
50 dag Äpfel = ____ g 1 Zitrone 1 Stück Zimtrinde 2 Gewürznelken	Wasche und schäle die Äpfel. Schneide die Äpfel in dünne Spalten. Gib die Kerne weg. Reibe die Zitronenschale fein.

1 Esslöffel Zucker  ½ Liter Wasser	Nimm einen Topf mit Deckel. Gib in den Topf:  Apfelspalten, Zucker, Wasser, Gewürznelken, geriebene Zitronenschale.
	Koche die Äpfel ca. 5 Minuten weich.





# Bauernbrot

Zutaten	Arbeitsschritte
1/3 Würfel frische Germ (15 g) oder 1 Pkg. Trockengerme 600 ml lauwarmes Wasser	Richte alle Zutaten her
450 g Roggenmehl 300 g Dinkelvollkornmehl 150 g Weizenmehl glatt 1 Esslöffel Brotgewürz 1 ½ EL Salz 3 Esslöffel Olivenöl	Richte alle Arbeitsgeräte her: 1 große Schüssel 1 Messbecher 2 Esslöffel 1 Waage
	Wiege das Mehl ab und gib es in die große Schüssel
	Gib die frische Germ in das lauwarme Wasser und vermische es gut (wenn du Trockengerme hast, dann gib sie zum Mehl und nicht ins Wasser)
	Gib das Öl zum Wasser
	Gib das Salz und das Brotgewürz zum Mehl und vermische es gut
	Knete den Teig bis er weich ist Bemehle die Arbeitsfläche
	Der Teig muss nun ungefähr 30 Minuten aufgehen

	Richte ein Backblech her
	Schalte das Backrohr auf 230 Grad, Ober- und Unterhitze ein
	Knete den Teig nochmals und forme Laibe
	Lass den Teig am Blech nochmals aufgehen
	Schalte das Backrohr auf 190 Grad zurück
	Das Brot muss nun ungefähr 50 Minuten backen

## Pizzabrote und grüner Salat

Zutaten	Arbeitsschritte
4 Stück Toastbrot ca. 15 dag Käse = ____ g ca. 10 dag Schinken = ____ g 1/8 Liter Sauerrahm ½ Kaffeelöffel Paprika 1 Esslöffel Pizzagewürz (Oregano, Rosmarin, Thymian, Majoran...) ½ Kaffeelöffel Salz	Richte her: Schneidebrett, Rührschüssel, Schneebesen, Kaffeelöffel, Esslöffel, Backblech mit Backpapier
	Richte her: alle Zutaten
	Wiege den Schinken ab und schneide ihn in kleine Würfel
	Wiege den Käse ab Schalte das Backrohr auf 200 Grad
	Gib alles in die Rührschüssel. Gib alle übrigen Zutaten hinzu und verrühre alles
	Streiche die Masse auf die Toastbrote

Zutaten	Arbeitsschritte
Frischen Grünen Salat Marinade: 2 Esslöffel Essig 2 Esslöffel Öl 1 Kaffeelöffel Salz ½ Kaffeelöffel Zucker	Richte her: alle Zutaten
	Richte her: 1 große Schüssel
	Wasche den Salat gründlich, schneide ihn in mundgerechte Stücke

1 Kaffeelöffel Senf	Mische alle Zutaten für die Marinade
	Kurz vor dem Essen kannst du die Marinade mit dem Salat mischen

# Einfacher Grießbrei

- Grießbrei
- Schwerpunkte
  - Selbstständiges zubereiten eines Grießbreis in Teams
  - Unterschiedliche Dosierung von Zucker – wie viel Zucker braucht es wirklich? Zuckeralternativen

Zutaten	Arbeitsschritte
6 EL Grieß 500 ml Milch = ____ l Milch 1 Prise Salz	Richte her: mittelgroßen Topf Kochlöffel (und eine Ablage für den Kochlöffel) Esslöffel Messbecher
	Richte her: alle Zutaten
	Miss die Milch ab und gib sie in den Topf. Die Milch sollte etwas aufkochen (ACHTUNG!!)
	Gib den Grieß unter ständigem Rühren in die Milch.
	Gib den Brei von der Herdplatte Rühre weiter, bis der Brei eine dickflüssige Konsistenz hat
	Verfeinere den Brei je nach Geschmack mit frischem Obst, Nüssen, Kakao, Honig oder Zimt

# Schwierig: Osterhaserln



Zutaten	Arbeitsschritte
<p>50 dag Mehl = _____ g</p> <p>½ Würfel frische Germ</p> <p>eine Prise Salz</p> <p>80 g Zucker</p> <p>1 Kaffeelöffel Vanillezucker</p> <p>80 g Butter</p> <p>2 Dotter</p> <p>300 ml Milch</p>	<p>Richte her:</p> <p>Rührschüssel, Kaffeelöffel, Esslöffel, Backblech mit Backpapier, Waage</p>
	<p>Richte her:</p> <p>alle Zutaten, die Zutaten sollten Zimmertemperatur haben</p>
	<p>Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken</p>
	<p>Germ in 3 EL warmer Milch auflösen, vom Zucker 1 TL dazugeben. Milchmischung in die Mitter der Mulde geben und mit 3 TL Mehl verrühren.</p>
	<p>In einer Schüssel zugedeckt 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.</p>
	<p>Butter in einem Topf zerlassen, mit Milch aufgießen und von der Herdplatte nehmen. Sollte lauwarm sein.</p> <p>Zucker und Salz in das Butter-Milch Gemisch einrühren.</p>



Eidotter in die Mulde zum Mehl geben

Butter-Milch Gemisch dazu geben und den Teig gut abschlagen.

Teig an einem warmen Ort gehen lassen

Teig nach dem gehen kurz kneten.

Teigstränge formen. 1 großen, 1 mittelgroß und 1 kleinen

**Großer Teil:** das wird der Körper, zu einer Rolle formen

**Mittlerer Teil:** das werden der Kopf und die Ohren.

Kegelförmig formen und einschneiden. Als Kopf an die Schnecke legen.

**Kleiner Teil:** als Pürzel befestigen

Haserl auf Backbleche legen und nochmals ca. 30 Minuten gehen lassen. Backrohr auf 170 °C vorheizen

Haserl mit Dotter bestreichen, eine Rosine als Auge in den Kopf drücken

Ca. 20 Minuten goldbraun backen