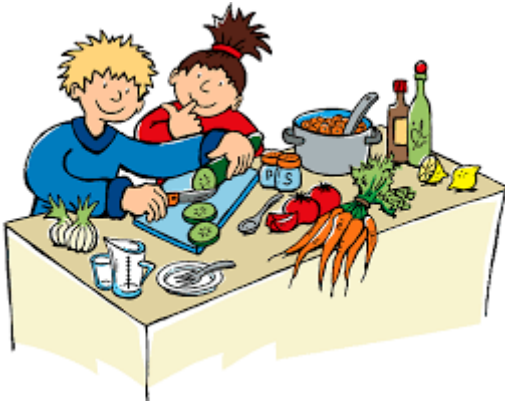


HITS FÜR KIDS



PIZZASUPPE

PIZZAWAFFELN

KRAKE IM DIPP

BIC MAC SALAT

MINI - WINDBEUTEL MIT QUARKCREME

AMERIKANER

RAPHELLOS

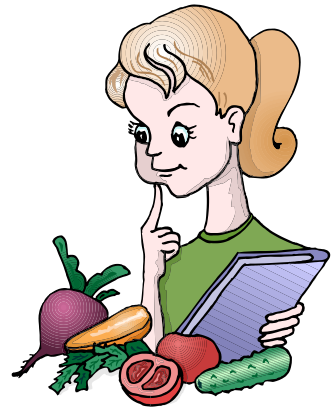
GRASHÜPFER

WIR WOLLEN KOCHEN, WAS MÜSSEN WIR BEDENKEN ?

Was wollen wir essen ? Wir suchen ein Rezept aus.

Für wie viel Personen wollen wir kochen ?
Gibt es keine Angaben im Rezept, ist es für 4 Personen.

Was müssen wir einkaufen, was ist im Vorrat ?
Vorräte überprüfen, Einkaufszettel machen, einkaufen.



Damit das Essen rechtzeitig fertig ist, muss man überdenken, wie lange man ungefähr für die Zubereitung braucht, wie lange das Gericht garen oder backen muss. Damit man das Ende der Backzeit nicht vergisst, stellt man sich eine Zeitschaltuhr.

Bevor wir anfangen zu kochen, gibt es noch ein paar wichtige Regeln:
Wer lange Haare hat, bindet sie am Besten zusammen, oder wollt Ihr ein Haar in der Suppe finden?

Damit man sich das schöne Shirt nicht bekleckert oder etwa das Bauchnabel - Piercing am Schneebesen hängenbleibt, bindet man sich eine Schürze um. Dann wäscht man sich gründlich die Hände. Nun kann es losgehen:

Das Rezept wird noch einmal genau durchgelesen. Die Zutaten sind in der Reihenfolge angegeben, wie sie verwendet werden. Damit man beim zubereiten noch einmal das Rezept durchlesen kann, gibt man es am Besten in eine Folie , so bleibt es sauber und ist immer griffbereit.

Also alle Zutaten zusammenstellen. Dazu holt man sich alle benötigten Arbeitsgeräte (z.B. Mixer, Brettchen, Messer). Neben den Herd stellt man einen Ablageteller, auf dem man Rührer, Küchenfreund und Probierlöffel ablegen kann.

Der Probierlöffel ist sehr wichtig, denn es ist nicht gerade appetitlich, wenn man mit dem Umrührlöffel probiert und diesen wieder in die Suppe stellt.

Diese Tipps sollten in Fleisch und Blut übergehen, dann passieren wenig Pannen und der Erfolg ist auch Anfängern sicher.

Viel Spaß beim Kochen, Backen und Essen wünscht Euch Brigitte Steinschen
P.S.: Auch der Abwasch und eine ordentlich verlassene Küche gehört dazu.

PIZZASUPPE

400 g Gehacktes

1 El Öl

1-2 fein gewürfelte Zwiebeln

1-2 fein gewürfelte Paprikaschoten

1 l klare Brühe

1 Dose Pizzatomaten

200 g Sahneschmelzkäse

Salz, Pfeffer

Pizzagewürz

1 Dose Pilze

Gehacktes in Öl krümelig anbraten, Zwiebeln zugeben und anschmoren, Paprika zufügen. Mit Brühe auffüllen und ca. 15 Minuten kochen lassen. Pizzatomaten zugeben, Schmelzkäse einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Pizzagewürz abschmecken. Zum Schluss die Pilze zugeben.

TIPP: Wer keine Pilze mag, kann sie auch weglassen

PIZZAWAFFELN

1 rote Paprikaschote

100 g roher Schinken

125 g Margarine

2 Tl Tomatenmark

2 Tl Senf

1 Tl Paprika

2 Tl Pizzagewürz

4 Eier

150 g Mehl

$\frac{1}{2}$ Tl Backpulver

125 ml Wasser

Paprikaschote entkernen, waschen und ganz klein würfeln. Schinken in sehr feine Würfel schneiden. Margarine schaumig rühren, Eier und Mehl nach und nach zugeben. Mit den Gewürzen verquirlen, Paprika und Schinkenwürfel unterheben. Waffeln bei mittlerer Temperatur backen. Zu den Pizzawaffeln schmecken Gemüsestreifen und ein Dipp.

KRAKE IM DIPP

2 Paprikaschoten (rot oder orange)

Augen

Für den Dipp:

250 g Quark (20%)

100 g Frischkäse

gehackte Petersilie und Schnittlauch

Salz, Pfeffer, Zucker

Eine Paprika waschen, entkernen und unten etwas abschneiden. Diese dann hochkant stellen und im unteren Drittel zwei Augen aufsetzen. Für den Dipp Quark mit Frischkäse, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker verrühren. Kräuter waschen, Petersilie hacken, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Dipp auf einem tiefen Teller oder einer Platte anrichten.

Nun die Paprika auf den Teller mit dem Dipp stellen. Aus der zweiten Paprika Streifen schneiden und diese als Arme neben die Paprika (in den Dipp) legen. Man nimmt etwa 4 auf jeder Seite.

Das Ganze sieht dann insgesamt so aus, als schaut die Krake aus dem Dipp heraus. Ein paar gehackte Kräuter darüber streuen.



BIC MAC SALAT

6 Brötchen (Hamburgerbrötchen mit Sesam)
1 kleiner Eisbergsalat
1 Pck. Schmelzkäse - Scheiben (Chester)
6 Gewürzgurken
500 g Hack gemischt
500 g Hack vom Rind
Salz und Pfeffer



Für die Sauce:

1/2 Glas Miracel Whip
1/2 Tube Mayonnaise
6 EL Dressing (French Dressing)
8 EL Gewürzgurken, fein gewürfelt
2 TL Zucker
6 EL Röstzwiebeln
2 TL Essig
2 TL Tomatenketchup
1 TL Salz

Für die Sauce alle Zutaten mischen.

Das Hackfleisch scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Die Hamburgerbrötchen halbieren, toasten und in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Für die Optik 4 Deckel für die oberste Schicht reservieren, diese ebenfalls würfeln. Den Eisbergsalat in mundgerechte Stücke schneiden. Käse in Streifen schneiden.

Für den Schichtsalat als Erstes 1/3 der Brötchenwürfel in eine große Glasschüssel geben.

Anschließend folgt jeweils eine Hälfte des Eisbergsalates, der Soße, des Fleisches.

Dann eine Schicht Käse, der Rest Brötchenwürfel (außer die für die letzte Schicht), der übrige Eisbergsalat, die zweite Hälfte Sauce, eine Schicht aus Gewürzgurkenscheiben, die zweite Hälfte Fleisch. Abschließend werden die Brötchendeckel-Würfel so auf den Salat gelegt, dass die Seiten mit Sesam oben liegen.

MINI WINDBEUTEL MIT MILCHMÄDCHEN - QUARK UND HIMBEEREN

1 Dose gezuckerte Kondensmilch (Milchmädchen)

500 g Magerquark

2 Pck. Mini - Windbeutel TK

Himbeeren oder andere Beeren

Zum Verzieren:

Minze, evtl. auch Zitronenmelisse oder gehackte Pistazien

Mini Windbeutel gefroren in einer großen, flachen Schüssel oder Auflaufform verteilen. Magerquark mit Milchmädchen mit dem Handmixer verrühren und über den Windbeuteln verteilen, immer einen EL voll über einen Windbeutel gleiten lassen (ergibt die schöne Wolkenform). Jetzt die Beeren auf der Creme verteilen und mit Minze, Melisse oder Pistazien garnieren.

Kann man gut einen Tag vorher zubereiten oder ca. 2-3 Std. vor dem Servieren, damit die Windbeutel auftauen.

AMERIKANER für 10 Personen

100 g Margarine
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
2 Eier
1 Prise Salz
60 ml Milch
1 Päckchen Vanillezucker
250 g Mehl
3 Teelöffel Backpulver
Milch zum bestreichen
100 g Puderzucker
heißes Wasser



Margarine schaumig rühren. Nach und nach Zucker, Vanillezucker, Eier, Salz und mit Milch angerührtes Puddingpulver dazugeben. Masse gut rühren. Mehl und Backpulver mischen und reinrühren. Der Teig muss fest sein. Falls er nicht fest genug ist, noch etwas Mehl dazugeben. Backblech mit Backpapier auslegen. Mit dem Esslöffel große Portionen von etwa 5 cm Durchmesser aufs Blech setzen.

Backzeit: 15 bis 20 Minuten. Nach 10 Minuten die Oberfläche mit Milch bestreichen.
Elektroherd: 190 Grad

Amerikaner kalt werden lassen. Für den Guss: Puderzucker mit etwas heißem Wasser dickflüssig und glattrühren. Unterseite des Gebäck mit Guss bestreichen.

RAPHELLOS ergibt 25 Stück

125 g Sahne
2 Tafeln weiße Schokolade
50 g Kokosfett
200 g Kokosraspeln
1 Prise Salz

Schokolade in kleine Stücke brechen. Zusammen mit der Sahne, dem Fett und dem Salz unter ständigem Rühren erhitzen, bis die Schokolade geschmolzen ist.

150 g Kokosraspeln unterziehen und die Masse auskühlen lassen, am besten über Nacht.

Restliche Kokosraspel in eine kleine Schüssel geben. Aus der Schokoladen - Kokos - Masse kleine Kugeln formen und in den Kokosraspeln wälzen. Die Raphaellos in kleine Papiermanschetten legen. Kühl aufbewahren.

GRASHÜPFER für 4 Gläser:

2 Kiwis
 $\frac{1}{2}$ Bund Minze
 $\frac{1}{4}$ TL Zimt
250 ml hohes C Apfel
100 ml Birnennektar
etwas Zucker



Die Kiwis schälen und in kleine Stücke teilen. Minze mit kaltem Wasser abrausen. Die Blätter abzupfen und zusammen mit den Kiwistücken und dem Zimt in ein hohes Gefäß geben, mit dem Mixstab pürieren. Das Fruchtpüree mit Apfelsaft und Birnennektar auffüllen, gut umrühren.

Bei 4 Gläsern den Rand in Zitronensaft und danach in Zucker tauchen. Den Grashüpfer - Drink eingießen und nach Wunsch mit Apfelspalten garnieren.