



vhs.daheim am Vormittag

Rezepte von „Kinder erobern die Küche“

mit Helga und Patricia Kricke aus der vhs Straubing

Hefeteig

| Zutaten: | Zubereitung: |
|---|---|
| Teig: ½ Würfel Hefe 500 g Mehl 250 ml warmes Wasser 3 EL Öl 1 TL Salz 1 Prise Zucker | Alle Zutaten in einer Schüssel zu einem geschmeidigen Teig kneten. |
| Tomatensoße: 250 g passierte Tomaten Oregano Thymian Majoran Salz, Pfeffer | Die Tomatensoße nach Belieben würzen. |
| Für den Belag: Salami Schicken Champignons Paprika Mais Käse Etc. | Den Pizzateig ausrollen und nach Belieben belegen und mit Käse bestreuen. Man kann die Pizza auch in mehrere kleine Teile unterteilen, sodass sich jeder sein Stück selbst belegen kann. Bei ca. 200°C Umluft für 30 Minuten backen. |



vhs.daheim am Vormittag

Rezepte von „Kinder erobern die Küche“

mit Helga und Patricia Kricke aus der vhs Straubing

Bolognese Soße

| Zutaten: | Zubereitung: |
|--|--|
| 1 Kl. Zwiebel, gewürfelt 500 g Hackfleisch (Gemischt oder Rind) Halbe Paprika, gewürfelt 2 Karotten, gewürfelt 500 g passierte Tomaten Salz, Pfeffer Oregano Majoran Thymian | Zwiebel in einem Esslöffel Öl glasig dünsten. Hackfleisch dazugeben und gut durchbraten (sodass alles bräunlich ist). Gemüse dazu geben und dünsten. Mit den passierten Tomaten ablöschen und köcheln lassen (ca. 20 Min). Nach Belieben würzen. |
| Nudeln kochen: Nudeln eurer Wahl auswählen und nach Packungsbeschreibung kochen | |



vhs.daheim am Vormittag

Rezepte von „Kinder erobern die Küche“

mit Helga und Patricia Kricke aus der vhs Straubing

Pfannkuchen

| Zutaten: | Zubereitung: |
|--|--|
| 250 g Mehl 500 ml Milch 3 Eier 1 Prise Salz Öl | Mehl und Milch mit dem Schneebesen verrühren. Eier dazu geben und glattrühren. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen, eine Suppenkelle Teig hineingeben und verteilen. 2-3 Minuten backen und mit Hilfe eines Pfannenwenders wenden, weitere 2-3 Minuten fertig backen. |