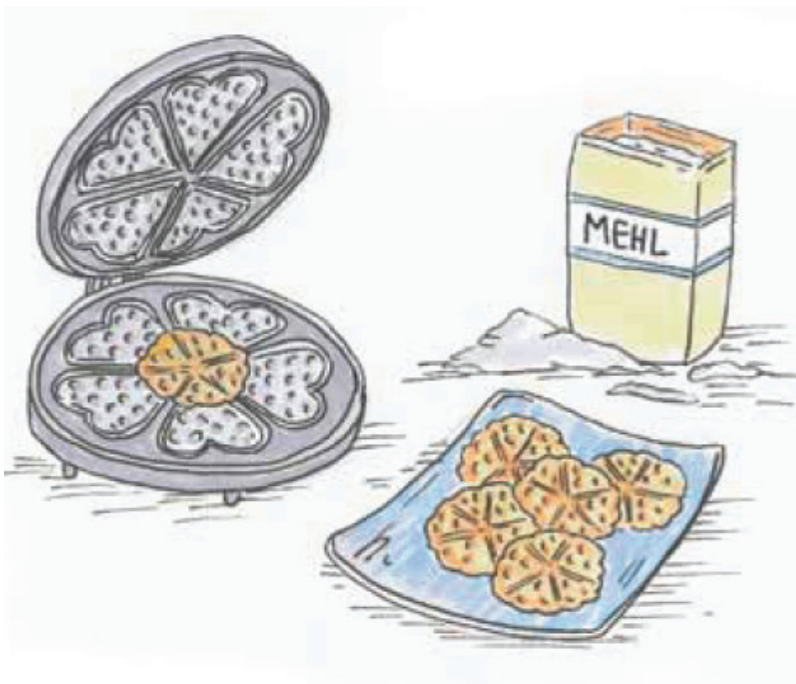


Rezepte fürs Backen mit Kindern

Ein eigenes Kapitel des Grundschulheftes „Unser Brotgetreide-ABC“ ist Rezepten für die „Klasse(n)bäckerei“ gewidmet: Denn der Weg vom Getreide über Mehl zur Backware ist ein beispielhafter Produktionsprozess, dessen Schritte auch Kinder im Grundschulalter praktisch gut nachvollziehen können.

Und Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung sind Basiskompetenzen im Bereich Haushalt, Essen und Ernährung. Das Brotgetreide-ABC bietet deshalb für den „Lernort Schule“ fünf Rezept-Arbeitsblätter an, die wahlweise zu den drei Unterrichtsbausteinen, im Rahmen einer Unterrichtsreihe oder in Projekten einsetzbar sind.



Da nicht immer und überall in Grundschulen ein Backofen zur Verfügung steht, gibt es nicht nur ein Rezept für „Klasse(n)brötchen“, sondern auch drei Backrezepte, die mit einem Waffeleisen in jedem Raum mit Stromanschluss einfach umzusetzen sind.

Das Rezept für die „Klasse(n)pizza Multikulti“ ist zudem ein ergänzender Vorschlag für die praktische Einbindung von Backen ins Schulleben - bei Projekten, Klassenfeiern oder Schulfesten...

Mehr dazu in der Mediathek unter Bildung & Erziehung.

Das praktische Backen nach diesen Rezepten...

...macht Kindern ebenso viel Spaß, wenn daheim geknetet, gebacken und gegessen wird - z.B. anlässlich eines Kindergeburtstags, als „Schlechtwetter-Alternative“ zum Grillen im Garten oder „einfach so“ als Wochenend-Event für die ganze Familie...

Illustrationen/Layout: Julia Wilsberg, AgroConcept GmbH für das Lehrermagazin „lebens.mittel.punkt“
Rezepte/Fotos: Aurora (4), GMF (1,2,5), Redaktionsbüro GutEss* (3)

© GMF/VDM/i.m.a 2011

Wir backen Klasse(n)brötchen

Zutaten:

für ein Haushaltsblech mit 20 Brötchen

350 g Weizenmehl Type 550

100 g Roggenmehl (Type 997 oder 1150)

3 EL Öl

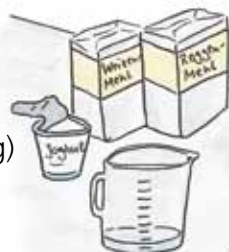
150 ml lauwarmes Wasser

1 ½ TL Zucker

1 ½ TL Salz

1 Becher Joghurt natur (150 g)

1 Päckchen Trockenhefe



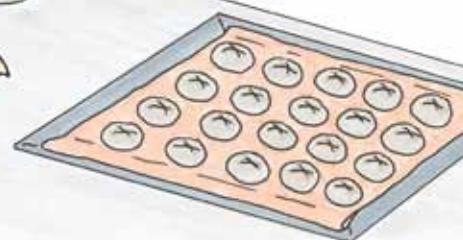
Küchengeräte:

Küchenwaage, Messbecher,

Teelöffel (TL), Esslöffel (EL),

Rührschüssel, Küchenhandtuch,

Backpapier, Backblech, ein scharfes Messer



Zubereitung:

1. Nehmt den Becher Joghurt 1 Stunde vorher aus dem Kühlschrank.
2. Vermengt in der Rührschüssel beide abgewogenen Mehlsorten mit der Hefe. Gebt die restlichen Zutaten dazu und knetet alles mit den Händen gut durch.
3. Deckt die Schüssel mit einem Handtuch ab und lasst den Teig 60 Minuten bei Zimmertemperatur gehen, bis sich die Masse etwa um die Hälfte vergrößert hat.
4. Knetet den Teig nochmals durch und formt ihn zu einer Kugel. Schneidet die Kugel mit einem scharfen Messer in 4 Teile. Dann formt aus jedem der vier Teile fünf kleine Brötchenteig-Kugeln, sodass sich insgesamt 20 Stück ergeben.
5. Gebt Backpapier auf ein Backblech und legt die Brötchen-Teiglinge darauf.
6. Deckt das Blech mit einem Handtuch ab und lasst sie nochmals 60 Minuten gehen. Schneidet danach die Brötchen kreuzförmig oben leicht ein.
7. Backt die Brötchen im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Celsius (Gasherd Stufe 4) etwa 15 Minuten lang.

Tipps:

- ➔ Je nach Geschmack könnt ihr Nüsse, Sonnenblumenkerne, Kümmel, geröstete Zwiebeln oder Ähnliches in den Teig einkneten.
- ➔ Sollen die Brötchen leicht süß werden, gebt an den Teig eine Prise Salz und 3 TL Zucker.
- ➔ Statt Wasser kann man auch Milch oder eine Mischung aus Wasser und Milch verwenden.
- ➔ Wenn ihr statt Weizenmehl der Type 550 ein dunkleres Mehl nehmen möchtet, z.B. Weizenmehl Type 1050, braucht ihr etwa 10 Prozent mehr Flüssigkeit. Gebt diese esslöffelweise beim Verkneten zu, bis der Teig die richtige Konsistenz hat.

Wir backen Klasse(n)waffeln

a) Pikante Sauerteig-Waffeln

Zutaten:

für 4 Personen

Waffeln:

200 g Roggenmehl Type 997 (oder 1150)
 200 g Weizenmehl Type 550
 30 g Hefe
 1 Prise Zucker
 100 g Flüssigsauerteig (Fertigprodukt, z.B. aus dem Supermarktregal oder Reformhaus)
 300 ml Wasser (lauwarm)
 4 Eier
 150 g Butter
 2 TL Salz
 80 g durchwachsener magerer Räucherspeck
 300 g Champignons
 100 g Zwiebeln

Für den Dip:

300 g Paprikaquark (Fertigprodukt)
 2 EL bunte Paprikawürfel
 Chilipulver

Küchengeräte:

Küchenwaage, Teelöffel (TL), Esstöffel (EL), Rührschüssel, Messbecher, Rührbesen, Handtuch, Küchenmesser, Schneidebrett, Pfanne, Waffeleisen, Schüssel für Dip

Zubereitung:

1. Mischt beide Mehlsorten in einer Schüssel und formt in der Mitte eine Mulde.
2. Bröselt die Hefe in die Mulde und verrührt alles mit 5 EL des Wassers und 1 Prise Zucker.
3. Deckt die Mehlmischung mit einem Tuch ab und lasst sie gehen, bis die Hefe Blasen wirft.
4. Gebt Butter, Salz, Sauerteig, Eier und das restliche Wasser zur Mehlmischung und verarbeitet alles zu einem glatten Teig. Lasst ihn nochmals gehen.
5. Würfelt in der Zwischenzeit Speck, Zwiebeln und Champignons klein. Bratet den Speck in einer Pfanne an. Gebt Zwiebeln und Champignons dazu und lasst es einige Minuten garen. Lasst danach die Pfanne abkühlen.
6. Rührt die Champignonmasse unter den Teig.
7. Backt in einem beschichteten Waffeleisen nacheinander 8 Waffeln.
8. Bestreut Quark mit Chilipulver und garniert ihn mit Paprikawürfeln.
9. Stellt die fertigen Waffeln warm und serviert sie dann mit dem Dip.



Wir backen Klasse(n)waffeln

b) Herzhafte Käsewaffeln

Zutaten:

für 6 Portionen

200 g Weizenmehl (Type 1050)
 1 TL Backpulver
 200 g Butter oder Margarine
 ½ TL Salz
 4 Eier
 5 EL Mineralwasser
 150 g geriebenen Parmesan oder Edamer
 1 EL Paprikapulver
 Prise Pfeffer
 Schnittlauchröllchen
 gehackte Petersilie
 Fett für das Waffeleisen



Küchengeräte:

Küchenwaage, Teelöffel (TL), Esslöffel (EL), Rührschüssel, Rührbesen, Waffeleisen

Zubereitung:

1. Mischt das Mehl mit dem Backpulver.
2. Rührt die Butter mit dem Salz schaumig. Rührt dann nacheinander zuerst die Eier und danach die Mehlmischung und das Mineralwasser unter.
3. Lasst den Teig etwa 30 Minuten gehen.
4. Hebt Käse, Gewürze und Kräuter unter.
5. Backt aus dem Teig portionsweise Waffeln im gefetteten Waffeleisen.
6. Bestreut die Waffeln mit frischen Kräutern.

Tipp:

Ihr könnt die Waffeln mit Käse oder Wurst belegen und verzehren.

Wir backen Klasse(n)kekse

Zutaten:

für etwa 40 Stück

Für den Teig:

160 g Weizenmehl Type 405

80 g Weichweizengrieß

1 Ei

90 g Zucker

150 g Butter

1 Prise Salz

Außerdem Fett für das Waffeleisen



Küchengeräte:

Küchenwaage, Rührschüssel, Küchenmesser, Pinsel, Waffeleisen

Zubereitung:

1. Gebt die Teigzutaten in eine Schüssel und verknetet sie mit den Händen.
2. Formt den Teig zu einer dicken Rolle (etwa 5 bis 6 cm Durchmesser).
3. Stellt den Teig für eine Stunde in den Kühlschrank.
4. Fettet das Waffeleisen ein und erhitzt es.
5. Schneidet von der Rolle etwa 1 cm dicke Scheiben ab und legt sie in die Mitte des Waffeleisens.
6. Beim Backen bekommen die Kekse ein schönes Waffelmuster.

Tipp:

Ihr könnt die Kekse zur Hälfte in flüssige Kuvertüre tauchen. Bereitet die Kuvertüre nach der Packungsanleitung zu.

Klasse(n)pizza „Multikulti“

Dieses Rezept ist ein Vorschlag zur Umsetzung in Projekten, für Klassenfeiern oder z.B. bei Schulfesten. Hierfür ist eine schon etwas weitergehende „erwachsene Küchenkompetenz“ notwendig.

Das europäische Drittel ist ein klassisches Pizzarezept mit Gemüseakzenten. Das orientalische Drittel ist mit seinen Zutaten auch für Muslime geeignet (bei strenger Auslegung von Halal-Regeln sind allerdings weitere, besondere Vorschriften zu beachten...). Das mexikanische Drittel ist (ovo-lakto-)vegetarisch. Und für alle drei gemeinsam ein Teig, in dem die Hälfte des Mehls aus vollem Korn stammt.



Zutaten:

für 1 Haushaltsblech (32 cm x 40 cm = 6 Stücke)

Teig für das ganze Blech:

150 g Weizenvollkornmehl
150 g Weizenmehl Type 550
1 Päckchen Trockenhefe
200 ml lauwarmes Wasser
1 gestrichener TL Salz
1 TL Olivenöl
1 Prise Zucker

Belag für das ganze Blech:

350 g stückiges Tomatenpüree (Fertigprodukt)
Salz, Pfeffer
Zucker
Olivenöl

Europäisches Drittel:

50 g Broccoli-Röschen
80 g Gemüsefenchel
30 g Dosenmais
50 g mittelalter Gouda (grob geraffelt)
2 dünne Scheiben luftgetrockneter Schinken
Kapern nach Geschmack

Orientalisches Drittel:

150 g Hühnerbrustfilet
60 g rote Zwiebeln
30 g kleine Kirschtomaten
50 g Schafskäse (zerbröckelt)
1 Prise Zimt nach Geschmack

Mexikanisches Drittel:

60 g Dosenmais
60 g Kidneybohnen aus der Dose
1 hartgekochtes Ei
50 g mittelalter Gouda (grob geraffelt)
Chilipulver nach Geschmack