

Advent in der Brotdose

Zur Zubereitung mit Krippenindern/Eltern oder Elementarkindern geeignet.

★ Bauchwärmer für kalte Tage

Zutaten (für 1 Kind): 1 Teebeutel Wintertee, 50 ml Orangensaft, ½ Orangenscheibe

Arbeitsmaterial: 1 Wasserkocher, 1 Becher, 1 Schneidebrett, 1 scharfes Messer, 1 Strohhalm

Zubereitung: Ca. 200ml Wasser kochen, in einen Becher füllen und den Teebeutel für 8-10 Minuten darin ziehen lassen. Den Orangensaft dazugeben. Anschließend die halbe Orangenscheiben auf den Becherrand setzen und langsam durch den Strohhalm den Bauch wärmen.

★ Winter-Joghurt

Zutaten (für 1 Kind): 100-150g Joghurt aus Vollmilch, ½ TL Zimt, 1 Messerspitze Bourbon Vanillezucker, ½ -1 Mandarine, 2-3 Mini-Spekulatius (oder ½ großen Spekulatius-Keks)

Arbeitsmaterial: 1 mittelgroßes Schälchen, 1 Schneidebrett, 1 kleines scharfes Messer, 1 TL

Zubereitung: Die Mandarine schälen, in ihre Spalten zerteilen und diese jeweils halbieren. Die zerkleinerte Mandarine, den Zimt und den Bourbon-Vanillezucker in dem kleinen Schälchen unter den Joghurt rühren. Die Spekulatius-Kekse in kleine Stückchen brechen und ebenfalls in den Joghurt rühren.

★ Bunter-Energie-Spieß mit Winterdip

Zutaten (für 1 Kind): 4 kleine Obststücke (Ananas, Orange, Banane, Kiwi), 50 g Quark 40% F.i.Tr., 1 TL Ahornsirup Grad C

Arbeitsmaterial: 1 Schneidebrett, 1 großes und 1 kleines scharfes Messer, 1 kleines Schälchen, 1 TL, 1 Zahnstocher

Zubereitung: Das Obst putzen, in kleine Stücke schneiden und auf den Zahnstocher aufspießen. In dem kleinen Schälchen den Quark mit dem Ahornsirup verrühren. Den Obstspieß darin eintauchen.

★ Grüner Stern auf Brot

Zutaten (für 1 Kind): 1 Scheibe Vollkornbrot, ½-1 EL Frischkäse, 3 dünne Scheiben Kiwi

Arbeitsmaterial: 1 Schneidebrett und Brotmesser, 1 Teller, 1 normales Messer, 1 kleines scharfes Messer, 1 Ausstechform (Stern)

Zubereitung: Die Scheibe Brot mit Frischkäse bestreichen. Die Kiwi schälen und drei dünne Scheiben abschneiden. Aus diesen Scheiben mit der Ausstechform kleine Sterne ausstechen und aufs Brot legen.

Selbstgemacht – gut gemacht!