

GEBÄCK & DESSERTS

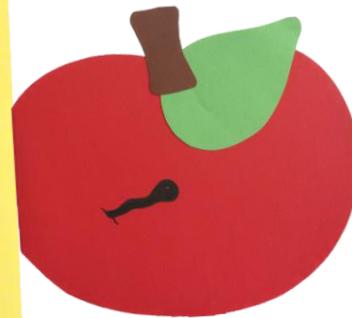
Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Apfelbrötchen

Zutaten	(15-20 Stück)
150 g	Magerquark
6 EL	Rapsöl
6 EL	Milch, 1,5% Fett
80 g	Zucker
1 Msp.	Vanillemark
1 Prise	Jodsalz
300 g	Mehl (halb Weizenvoll- korn-, halb Weizenmehl Type 405)
1 Pck.	Backpulver
2	kleine, säuerliche Äpfel (200 g)
Zimt & Zucker-Mischung	



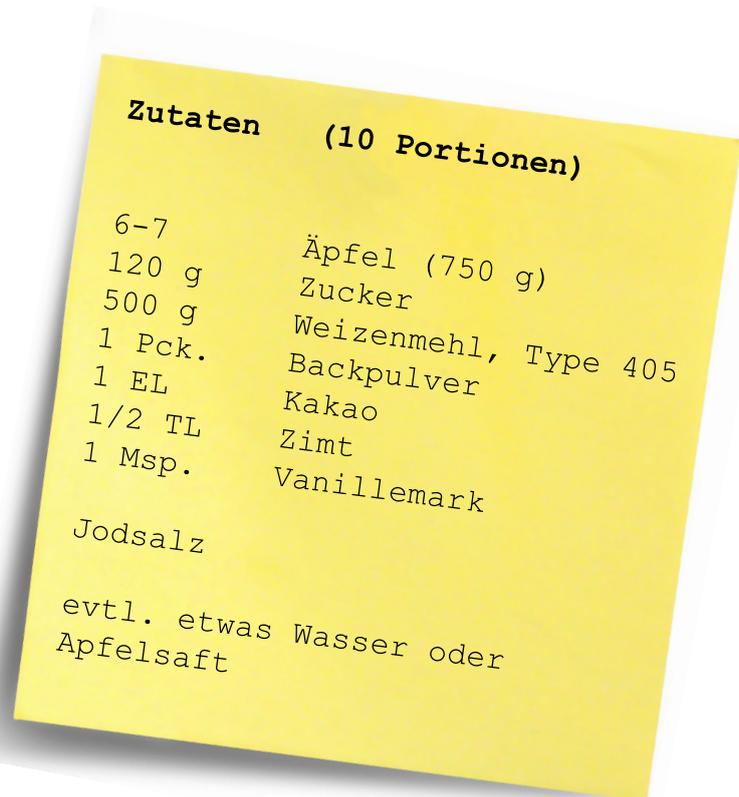
Zubereitung

Quark, Öl, Milch, Zucker, Vanille und Salz miteinander verrühren. Mehl mit Backpulver mischen und zu der Quarkmischung geben. Zu einem geschmeidigen Teig kneten. Äpfel waschen und putzen, in kleine Stücke schneiden und unterkneten.

Kleine Brötchen formen und durch die Zimt & Zucker-Mischung rollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und bei 180°C Umluft ca. 15-20 Min. backen.

Tipp: Gebäcke aus Quark-Ölteig schmecken am besten frisch gebacken und noch warm!

Apfelbrot



Zubereitung

Äpfel waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Mit Zucker vermengen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

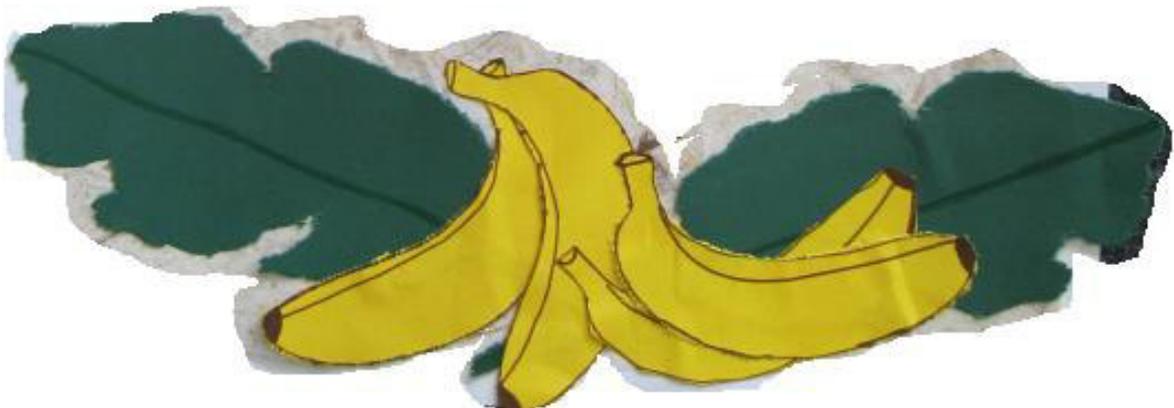
Mehl mit Backpulver Kakao, Zimt, Vanille und Salz vermischen. Zu den Äpfel geben und alles zu einem geschmeidigen, aber festen Teig verarbeiten.

Falls der Teig zu trocken ist, etwas Flüssigkeit zugeben. In eine gefettete Kastenform geben und bei 170°C Umluft ca. 1 Stunde backen.

Tipp: Das Brot lässt sich – nach Geschmack – mit Trockenfrüchten, Nüssen oder Mandeln ergänzen. Schmeckt am ersten Tag lecker, weil die Kruste dann noch kross ist und – gut verpackt – auch am nächsten Tag, weil es dann durchgezogen ist.



Bananenbrot aus Ghana



Zutaten (5 Portionen)

3/4 Tasse	Mehl
2 TL	Backpulver
1/4 TL	Natron-Salz
2/3 Tasse	Zucker
2	Eier
1-2 Tassen	zerdrückte Bananen
1/4 Tasse	zerlassene Butter
1/2 Tasse	gehackte Nüsse

Zubereitung

Das Mehl mit Backpulver und Natron-Salz sieben und mit Zucker und Nüssen vermischen. Die ungeschlagenen Eier, den Bananenbrei und die Butter unterrühren.

Das ganze in eine gefettete Backform füllen und bei 180 °C eine Stunde backen.

Abkühlen lassen und aufschneiden.

Kürbisbrötchen

Zutaten	(10 Portionen)
200 g	Hokkaidokürbis- Fleisch
150 ml	Milch, 1,5 % Fett
40 g	weiche Butter
500 g	Mehl
1 Pck.	Trockenhefe
1 TL	Jodsalz
1 EL	Zucker



Zubereitung

Hokkaidokürbis waschen, Kerne entfernen und das Kürbisfleisch mit Schale würfeln.

200 g abwiegen, restliches Kürbisfleisch anderweitig verwenden (z. B. für Grundrezept „Kürbissuppe“). Kürbisfleisch mit Milch ca. 15-20 Min. kochen und anschließend zerstampfen/pürieren. Etwas abkühlen lassen.

Mehl mit der Trockenhefe, Salz und Zucker mischen und mit der Butter zur abgekühlten aber noch warmen Kürbis-Masse geben. Alles gut durchkneten.

Den Teig abgedeckt bis auf die doppelte Größe aufgehen lassen und noch einmal durchkneten. Dann noch einmal 20 Min. gehen lassen. Aus dem Teig kleine Brötchen formen, auf ein Blech legen und 15 bis 20 Min. bei 180 °C Umluft backen.

Kartoffelbrot



Zutaten	(15 Portionen)
500 g	Weizenmehl, Type 405
1/2 Würfel	frische Hefe
100 g	Kartoffelpüree-Pulver (Trockenprodukt)
1 TL	Jodsalz
1 TL	Zucker
500 ml	Wasser
2-3 EL	Olivenöl zum Bestreichen

Grobes Salz und getrocknete
Kräuter (z. B. Oregano, Kräuter
der Provence)

Zubereitung

Hefe im (kalten) Wasser auflösen. Mehl, Kartoffelpüree-Pulver, Salz und Zucker mit dem Hefewasser zu einem festen Teig kneten und 2-3 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

Den Teig auf einem gefetteten Backblech ausrollen, so dass etwa die Hälfte bis Dreiviertel des Backblechs bedeckt sind. Mit einem Kochlöffelstiel Mulden in den Teig drücken. Den Teig mit dem Öl bestreichen, dabei soll das Öl in die Mulden laufen.

Den eingeölten Teig mit etwas Salz und getrockneten Kräutern bestreuen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Umluft etwa 20 Min. backen, danach bei 170 °C noch einmal etwa 15 Min.

Passt zu: Salaten, Rohkost, Dips und Suppen.

Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



Weizenbrot

Zutaten

500 g Weizenmehl,
Type 405
2 TL Jodsalz
1 Würfel frische Hefe
(40 g)
250 ml lauwarmes Wasser



Zubereitung

Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen. Mehl und Salz mit dem Hefewasser zu einem Teig verkneten.

Den Teig ca. 15-30 Min. abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

Danach den Teig in eine gefettete Backform geben und im Ofen auf mittlerer Schiene bei 200 °C Umluft ca. 20 Min. backen.

Passt zu: Salaten, Rohkost, Dips, Suppen

Kräuter-Käsestangen

Zutaten (24 Stück)

500 g	Weizenmehl Type 1050
1 Tüte	Trockenbackhefe
1 TL	Jodsalz
300 ml	lauwarmes Wasser
30 g	Olivenöl oder Margarine
200 g	geriebenen Emmentaler

Kräuter nach Geschmack
(Basilikum, Thymian, Rosmarin)



Zubereitung

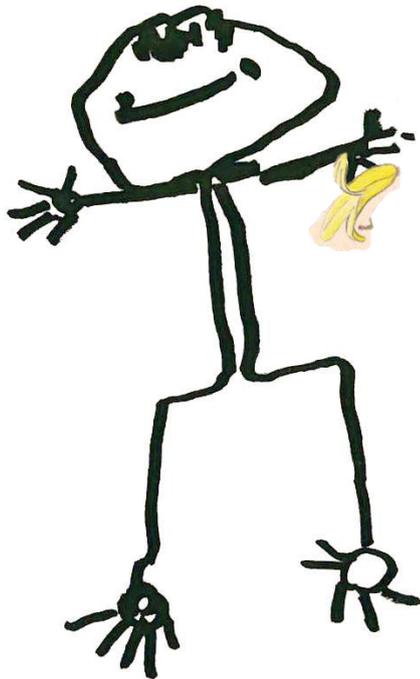
Mehl, Hefe, Salz, Wasser und Fett mischen. 3/4 des Käses und die Kräuter zur Mehlmischung geben. Den Teig gut durchkneten und abgedeckt etwa 1 Stunde ruhen lassen.

Den Teig in 24 Stücke teilen und aus jedem Stück ca. 3 cm lange, dicke Stangen rollen. Gebäck auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Bei 180 °C Umluft etwa 20 Min. backen.

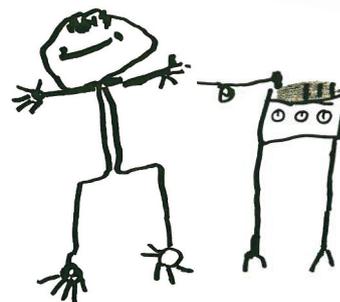
Passt zu: Salaten, Rohkost, Dips, Suppen

Tipp für Mini-Gourmets: Besonders lecker schmeckt es, wenn zusätzlich geröstete Zwiebeln in den Hefeteig gegeben werden.

Bananenquarkspeise



Zutaten	(10 Portionen)
500 g	Magerquark
2 EL	flüssiger Honig oder Agavendicksaft
125 ml	Milch, 1,5 % Fett
2	Bananen



Zubereitung

Quark mit flüssigem Honig oder Agavendicksaft und Milch glatt rühren. Die Bananen pellen, der Länge nach vierteln, in dünne Stückchen schneiden, unter die Quarkmasse geben und in Glasschälchen portionieren.

Bald essen, weil die Bananen sonst braun werden.



Quarkspeise „Schneewittchen & Rosenrot“



Zutaten	(10 Portionen)
500 g	Magerquark
100 ml	Mineralwasser
1 Msp.	Vanillemark
1-2 TL	Zucker
1 Becher	Sahne (200 g)
1 Pck.	Sahnesteif
1 Glas	Sauerkirschen
30 g	Schokoraspeln



Zubereitung

Quark mit Mineralwasser, Zucker und Vanille glatt rühren. Sahne mit Sahnesteif steif schlagen und unter den Quark heben. Die Kirschen aus dem Glas abtropfen lassen, den Saft auffangen. Den Quark abwechselnd mit den Kirschen in ein Glas füllen. Mit einer Lage Quark abschließen und mit Kirschen und Schokoraspeln verzieren.

Tipp: Den übrig gebliebenen Kirschsafte für eine Saftschorle verwenden.

Affen-Power-Drink



Zutaten	(10 Portionen)
2	Bananen
2 EL	Zitronensaft
1 l	Milch, 1,5 % Fett
1 EL	Zucker
1 Msp.	Vanillemark

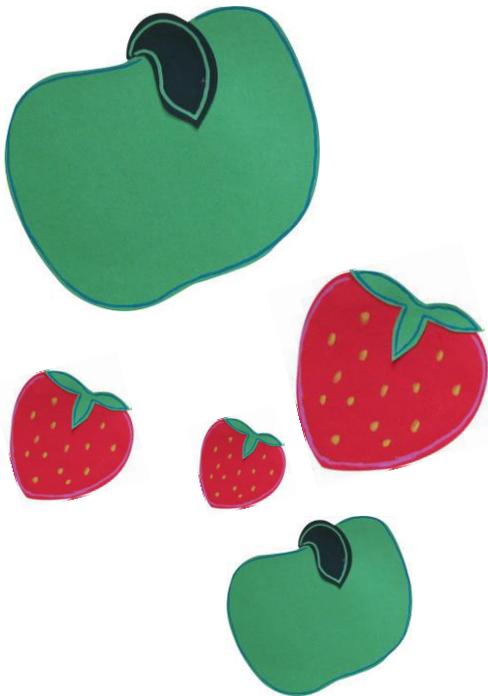


Zubereitung

Bananen schälen und klein schneiden.

Zusammen mit dem Zitronensaft, Zucker und Vanillemark in einen Mixer geben und pürieren bis ein cremiger Bananenbrei entstanden ist. Dann mit Milch auffüllen und noch einmal kurz durchmischen.

Obstspieße mit Schokolade



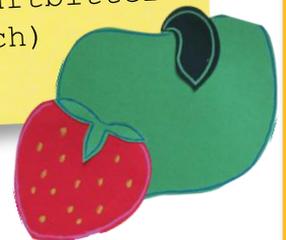
Zutaten (10 Portionen)

1 Apfel
1 Banane
1 Kiwi
200 g Erdbeeren

oder anderes Obst nach
Geschmack

Holzspieße

100 g Kuvertüre (Zartbitter
oder Vollmilch)



Zubereitung

Obst waschen, putzen, ggf. schälen und in mundgerechte Stücke schneiden, abwechselnd auf Spießchen stecken und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.

Kuvertüre nach Packungsanleitung im Wasserbad schmelzen und die Früchte damit beträufeln.

Tip: Obst der Saison bevorzugen. Es ist dann besonders reif und aromatisch. Ein Blick in einen Saisonkalender kann dabei helfen.



Apfel-Rosen



Zutaten (10 Portionen)

1 Rolle frischer Blätterteig
(275 g), Kühltheke
3 EL Zucker
Zimt
(nach Geschmack)
1 Msp. Vanillemark
2-3 Äpfel (300 g)



Zubereitung

Blätterteig ausrollen und in 6 Teigstreifen schneiden.

In einem Glas den Zucker mit Zimt und Vanille mischen und auf den Teigstreifen verteilen.

Äpfel waschen, putzen und in dünne Scheiben hobeln. Diese eng aneinander auf die Teigstreifen legen und die Teigstreifen zu einem Schneckenhaus zusammenrollen. Die Apfelscheiben können ruhig etwas aus der Rolle hinausragen.

Jede Rolle auf die Seite kippen und als Apfelrose auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stellen. Bei 200 °C Umluft ca. 10 bis 20 Min. goldgelb backen.

Tipp: Die Apfelrosen ein einer (Mini-)Muffinform backen.

Wir sind zentraler Ansprechpartner zu allen Fragen rund um die Kita-Verpflegung in NRW

Unsere Angebote richten sich an

- Kindertageseinrichtungen
- Träger der öffentlichen und freien Jugendhilfe
- Eltern und Elternbeiräte
- Verpflegungsanbieter

Unsere Themen sind

- Gesunde Kita-Verpflegung
- Essen lernen in der Kita
- Verpflegungsorganisation
- Hygienemanagement

Das bieten wir

- Beratungshotline: 0211/3809 714
- Workshops und Fachtagungen
- Fachinformationen
- Tipps für die Praxis

Kontakt

Verbraucherzentrale NRW

Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW

Mintropstraße 27

40215 Düsseldorf

Telefon: 0211 3809 502

E-Mail: kitaverpflegung@verbraucherzentrale.nrw

www.kita-schulverpflegung.nrw

Gefördert durch:

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen

