



Kochen und Genießen AG

1. Schulhalbjahr 2025-26

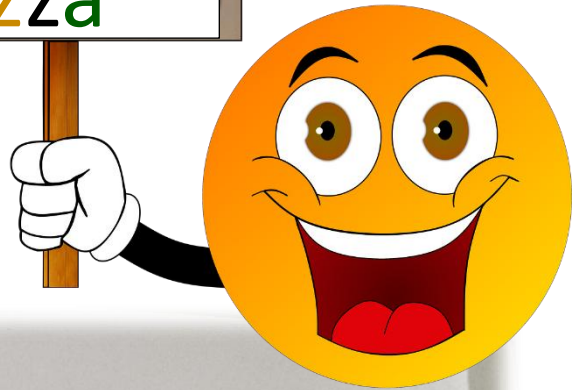


Das alles haben wir vorbereitet und zusammen
probiert!

Es war lecker!



Pizza



Wir haben selbst belegte Pizza vorbereitet

mit Tomatensoße,

Käse  , Pilzen  , Paprika 

und Oliven  .

Bolognese-Soße mit Nudeln



Unsere Soße haben wir aus Rindhackfleisch,
Zwiebeln, Tomaten
und sehr gut duftenden Kräutern zubereitet.

Sie wird auf die frisch gekochte Pasta
gegeben,
und ganz zum Schluss kommt noch Käse
darüber!





Ofen-Kürbis

(12 Pers.)



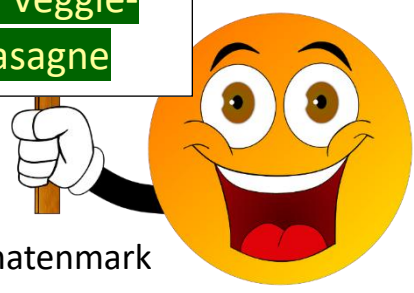
Zutaten

- * 3 Hokkaido-Kürbisse (entkernt, in Spalten)
- * 750 g Feta (gekrümelt)
- * 12 EL Öl & 10 EL Honig
- * Gewürze: Salz, Pfeffer, Thymian
- * 3 Hände Walnüsse (gehackt)

Zubereitung

- * **Backofen: Auf 200 °C vorheizen.**
- * **Backen: Kürbisspalten mit Öl und Gewürzen mischen. 20 Min. backen.**
- * **Feta, Nüsse und Honig darüber geben. Weitere 5 Min. backen. Fertig!**





Zutaten

- * Veggie-Hack
- * Gehackte Tomaten & Tomatenmark
- * Lasagneplatten
- * Béchamelsoße
- * Geriebener Käse
- * Gewürze: Gemüsebrühe, Salz, Zucker, Oregano

Zubereitung

- * **Bolo-Soße:** Veggie-Hack anbraten, Tomatenmark und Tomaten dazu. Mit Gewürzen kurz köcheln lassen.
- * **Schichten:** In einer Auflaufform abwechselnd schichten: Rote Soße → Nudeln → Rote Soße → Béchamelsoße.
- * **Top:** Mit Béchamel abschließen und großzügig Käse darüberstreuen.
- * **Backen:** Bei 200 °C ca. 30–40 Minuten in den Ofen, bis die Nudeln weich und der Käse goldbraun ist.



Sonnenschein- Suppe



Zutaten

- * 1 Hokkaido-Kürbis
- * 2 Karotten & 2 Kartoffeln
- * 700 ml milde Gemüsebrühe
- * 100 ml Sahne
- * Eine Prise Salz



Zubereitung

- * **Schnippeln:** Kürbis, Karotten und Kartoffeln in Würfel schneiden.
- * **Kochen:** Alles in der Brühe ca. 20 Min. weichkochen.
- * **Mixen:** Sahne dazu und mit dem Zauberstab cremig mixen.
- * **Servieren:** Mit einem Sahne-Smiley oder Backerbsen verzieren. Fertig!



🇩🇪 Nudelsalat

Quark mit Apfelkompott




Zutaten | 12 Kinder

-

1,5 kg Äpfel • Wasser (Topfboden bedeckt) • 1 kg Quark (20 % Fett ist.) • ca. 60 ml Milch • ca. 3 EL Honig

Zubereitung

Für das Kompott die Äpfel waschen, achteln, entkernen und grob würfeln. Äpfel mit etwas Wasser (Boden gerade bedeckt) in einen breiten Topf geben und langsam zum Kochen bringen. Die Äpfel auf mittlerer Stufe mit geschlossenem Deckel weichköcheln, je nach Sorte bis zu 10 Minuten. Das Kompott in eine mittelgroße (Metall-)Schüssel füllen und in eine größere Schüssel mit etwas kaltem Wasser stellen zum Abkühlen. Den Quark in eine Schüssel geben und mit Milch cremig rühren. Das abgekühlte Kompott mit Zimt würzen und ggf. mit bis zu 3 EL Honig nachsüßen. 6 Kompott und Quark getrennt servieren oder Schichtweise in Gläser oder Schälchen füllen.

 Das brauchst du:

500 g Nudeln

1 Paprika


1 Gurke

200 g Tomaten

150 g Käse (in Würfeln)



 Nudelsalat

 So geht's:

1. Nudeln kochen.

In heißem Wasser weichkochen.

Danach abgießen und abkühlen lassen.

2. Gemüse schneiden.

Paprika, Zucchini und Tomaten klein schneiden.

3. Alles in eine Schüssel geben.

Nudeln, Gemüse und Käse mischen.

4. Soße machen.


Öl, Essig, Salz und Pfeffer verrühren.

5. Soße dazugeben.


Alles gut umrühren.

6. Probieren – fertig! 😊



 Weihnachts-
Spieße für Kinder



 Das brauchst du:


Ananas

Banane

Apfel oder Trauben

Käsewürfel

kleine Spieße oder Zahnstocher

 So geht's:

1. Obst waschen.

2. Obst schneiden.

Alles in kleine Stücke machen.

3. Aufspießen.

Erst Obst, dann Käse, dann wieder Obst.

4. Baum machen.

Die Stücke wie einen kleinen Tannenbaum stecken.

5. Fertig! 😊



Butter schütteln



Was ihr braucht

Ein sauberes Schraubglas (z. B. ein altes Marmeladenglas).

Sahne (Zimmertemperatur klappt schneller, aber gekühlt schmeckt sie besser).

Eine Prise Salz (optional).

So geht's: Schritt für Schritt

Füllen: Gieße die Sahne in das Glas, aber nur bis zur Hälfte. Die Sahne braucht Platz zum Bewegen.

Schütteln: Deckel festzuschrauben und kräftig schütteln.

Phase 1: **Erst wird es zu Schlagsahne (es wird leise im Glas).**

Phase 2: **Weiter schütteln! Plötzlich trennt sich das Fett von der Flüssigkeit. Man hört ein "Klitsch-Klatsch"-Geräusch.**

Trennen: **Sobald du einen gelben Klumpen und eine weißliche Flüssigkeit (Buttermilch) siehst, bist du fertig.**

Waschen (Wichtig!): **Gieße die Buttermilch ab (die kann man trinken). Knete den Butterklumpen kurz unter eiskaltem Wasser ab. So hält die Butter länger und schmeckt nicht so schnell ranzig.**



Leckere Frühstücksbrötchen

Ihr braucht für 7 Brötchen:

- 250 g Mehl
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Teelöffel Jodsalz
- 1 halben Teelöffel Zucker
- 250 g Magerquark
- 1 Ei
- 1-2 Esslöffel Milch
- 1 Esslöffel geschälte Sonnenblumenkerne



So wird´s gemacht:

1. Das Mehl mit Backpulver, Salz und Zucker vermischen.
2. Quark, Ei und Milch dazugeben.
3. Alles zu einem weichen Teig verkneten. Sonnenblumenkerne zugeben.
4. Etwa sieben Brötchen formen und auf das gefettete Blech setzen.
5. Bei 180 Grad etwa 30 Minuten backen.