

swissmilk FAMILY

SONDER-
AUSGABE:
Kinder in die
Küche!

Kochen & backen mit Kindern

Kleine Hände erwünscht: Zusammen machts doppelt Spass

Gotte-Götti-Geschenke

Drei kreative Ideen, mit
Liebe gemacht

Fruchtige Desserts

Einfache Rezepte für kleine
Schleckmäuler

Backe, backe Kuchen

Backspass für Kinder:
von Cookie bis Pizza

Liebe Eltern

Kennt ihr das? Ihr möchtet rasch ein Zmittag zubereiten – und plötzlich stehen eure Kinder mit einem fröhlichen «Darf ich mithelfen?» in der

Küche. Schon ist der Teig überall verteilt und nach fünf Minuten ist das Interesse oft wieder verfliegen. Und wisst ihr was? Das ist völlig in Ordnung.



Beim Kochen entdecken Kinder spielerisch die Welt der gesunden Ernährung. Kneten, Rühren und Schneiden fördern ihre motorischen Fähigkeiten – und gleichzeitig wachsen ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbstständigkeit. Das strahlende Gesicht meiner Tochter, wenn sie stolz verkündet, dass sie jetzt ganz allein ein Rührei zubereiten kann, ist für mich unbezahlbar.

In diesem Heft haben wir Rezepte zusammengestellt, die sich zum gemeinsamen Kochen eignen. Die einzelnen Arbeitsschritte, bei denen Kinder besonders gut mithelfen können, sind übersichtlich gekennzeichnet – so findet ihr euch rasch zurecht.

Ich wünsche euch viel Freude beim Ausprobieren, unvergessliche Familienmomente – und natürlich eine gute Portion Geduld!

Herzlich,

Marie Wagner
Projektleiterin Genuss & Rezepte Swissmilk

4

Aus dem Backofen

Drei Backideen, bei denen kleine Hände mithelfen können.

7

Suppenküche

Soulfood, schön farbig und voller Vitamine: Suppe geht immer.

10

Desserts mit Früchten

Süss, fruchtig und kinderleicht: Dessertideen für alle.

13

Schönes Geschenk

Dem Gotti oder Götti eine Freude machen? Wir zeigen, wies geht!

16

Pizza, Pizza, Pizza

Heute mal selbst gemacht: Hol die kleinen Pizzaioli in die Küche.

27

Das grosse Osterbacken

Schnüsige Ideen, die Ostern noch schöner machen.

Kinderleicht

Bei den farblich markierten Schritten können auch schon die Kleinsten mithelfen. Was natürlich immer geht: helfen beim Einkaufen und Tisch decken.



Chocolate Chip Cookies



Auf dem Tisch in
36 Minuten



Aktivzeit
25 Minuten

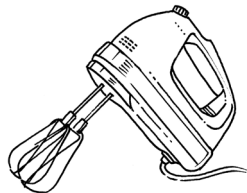
WAAGE



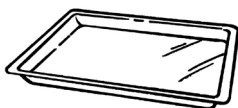
GUMMISCHABER



SCHÜSSEL



HANDMIXER



2 BACKBLECHE



BACKPAPIER

Teig zubereiten

110 g weiche Butter • 175 g Zucker • ½ Päckchen Vanillezucker •
1 Prise Salz • 1 Ei • 150 g Schokoladenwürfelchen • 160 g Mehl •
1 Msp. Backpulver

- 1 Ofen auf 175 °C Unter-/Oberhitze vorheizen.
- 2 Weiche Butter in eine Schüssel geben, mit dem Handmixer rühren, bis sich Spitzchen bilden.
- 3 Zucker, Vanillezucker, Salz und Ei begeben, rühren, bis die Masse hell ist.
- 4 Schokolade mit dem Gummischaber darunterrühren.
- 5 Mehl und Backpulver dazugeben, von Hand zu einem Teig mischen.

Cookies formen

- 6 Etwa baumnussgrosse Portionen mit nassen Handflächen zu Kugeln formen.
- 7 Kugeln mit etwas Abstand auf die mit Backpapier belegten Bleche legen.
- 8 In der Mitte des vorgeheizten Ofens 11–13 Minuten backen.

Zopftier Tauben



Auf dem Tisch in
2h 40 Minuten



Aktivzeit
30 Minuten

PFANNE



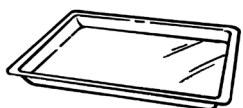
SCHÜSSEL



HANDTUCH



BACKBLECH



BACKPAPIER



SCHERE



PINSEL



KUCHENGITTER



Teig zubereiten

50 g Butter • 3 dl Milch • 500 g Mehl • 1 TL Salz •
2 EL Zucker • 15 g Hefe

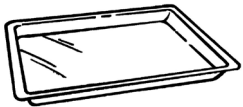
- 1 Butter in einer Pfanne schmelzen, Milch begeben, von der Platte nehmen.
- 2 Mehl, Salz und Zucker mischen, eine Mulde formen. Hefe und lauwarme Butter-Milch-Mischung begeben, zu einem glatten, weichen Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 1,5–2 Stunden aufs Doppelte aufgehen lassen. Nach 45 Minuten nochmals kneten, damit sich kleinere Bläschen bilden und die Tauben somit gleichmäßiger aufgehen.

Tauben formen

1 Eigelb • 1 EL Milch • Sultaninen für die Augen

- 3 Teig in 10 Teile teilen. Jedes Teilstück zu einer ca. 30 cm langen Rolle formen, deren Enden etwas dicker sind. Einen Knoten machen, sodass sich je ein Kopf- und Schwanzende abzeichnet. Auf das mit Backpapier belegte Blech setzen.
- 4 Formen des Kopfes: Das obere Ende zu einem Kopf mit Schnabel formen. Mit der Schere Einschnitte für die Augen machen.
- 5 Formen des Schwanzes: Das untere Ende leicht flach drücken, mit einer Schere 2 Schnitte anbringen, den Schwanz etwas auseinanderziehen.
- 6 Eigelb mit der Milch verrühren, Tauben bestreichen. Sultaninen tief in die bestrichenen Einschnitte drücken, nochmals 20 Minuten aufgehen lassen.
- 7 Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Heissluft/Umluft 160 °C).
- 8 In der Mitte des vorgeheizten Ofens 20–25 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Blätterteig- Bäumli mit Rohschinken



BACKBLECH



SPIESSE



PIZZAROLLER



PINSEL

Kinderleicht

Bei den farblich markierten Schritten können auch schon die Kleinsten mithelfen. Was natürlich immer geht: helfen beim Tischdecken.



Auf dem Tisch in
30 Minuten



Aktivzeit
20 Minuten

Zutaten

1 rechteckig ausgewallter Butterblätterteig à ca. 320 g • 50 g Crème fraîche • 50 g Reibkäse • 8 Scheiben Rohschinken • ½ Ei, verquirlt

Teig belegen

1 Ofen auf 200 °C Heissluft/Umluft vorheizen (Ober-/Unterhitze 220 °C).

2 Blätterteig samt Backpapier ausrollen. Quer halbieren.

3 Eine Hälfte bis zum Rand mit Crème fraîche bestreichen. Die Hälfte des Käses darüberstreuen. Rohschinken darauflegen, restlichen Käse verteilen. Die zweite Teighälfte darüberklappen. Etwas andrücken, Backpapier entfernen.

4 Teig mit einem Pizzaroller oder Messer längs in 12 ca. 2 cm breite Streifen schneiden.

Bäumchen formen

5 Einen Streifen auf dem vorbereiteten Blech schlangenförmig drapieren. Dabei unten breiter und nach oben, zur Spitze hin, schmaler werden. Mit den restlichen Streifen ebenso verfahren. Wenn der Blätterteig sehr weich ist, vor dem Formen kühl stellen.

6 Bäume mit Ei bepinseln.

Backen

7 In der Mitte des vorgeheizten Ofens 12–15 Minuten backen. Nach Belieben nach dem Backen ein Spiesschen einstecken.

Tipp: Anstelle von Rohschinken eignen sich auch andere Füllungen: Reibkäse und Kräuter, Reibkäse und Gewürze wie Kümmel, Reibkäse und getrocknete Tomaten, Reibkäse und geraffelte Rübli.



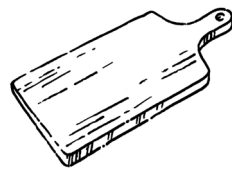
Gemüse- crèmesuppe



Auf dem Tisch
in 35 Minuten

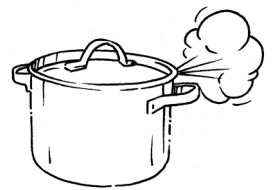


Aktivzeit
20 Minuten



SCHNEIDEBRETT

RÜSTMESSER



KOCHTOPF



PFANNENWENDER



PÜRIERSTAB

Gemüse rüsten

1 Zwiebel • 1 Kartoffel • 800 g Gemüse nach Saison (z. B. Broccoli oder Blumenkohl inkl. Stiel, Kürbis, Rübli, Randen, Lauch, Erbsen) **Tipp:** Suppe kann mit einer einzelnen Gemüsesorte oder mit gemischten Gemüsen zubereitet werden.

- 1 Zwiebeln schälen und klein schneiden.
- 2 Kartoffel grob würfeln.
- 3 Gemüse waschen und in grosse Würfel schneiden.

Kochen

1 EL Butter • 8,5 dl Gemüsebouillon • 2,5 dl Rahm • 1–2 EL Honig • Muskat • Salz • Pfeffer

- 4 Butter in einem Kochtopf erwärmen. Zwiebeln darin anbraten.
- 5 Kartoffel und Gemüse dazugeben, mit Bouillon ablöschen.
Mit Bouillon aufgiessen. Gemüse 15–20 Minuten weich kochen.
- 6 Rahm und Honig dazugeben.
- 7 Suppe pürieren, mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Toppings

Ergänzt eure Gemüsesuppe mit verschiedenen Toppings, sodass ihr garantiert genug Energie habt. Mögliche Toppings sind Popcorn, Wienerli oder Brotwürfel.





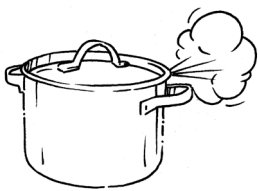
Randen- suppe



Auf dem Tisch
in 25 Minuten



Aktivzeit
15 Minuten



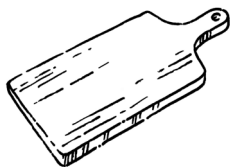
KOCHTOPF MIT DECKEL



PÜRIERSTAB



RÜSTMESSER



SCHNEIDEBRETT



PFANNENWENDER

Gemüse rüsten

2 gekochte Randen • 2 Zwiebeln

- 1 Randen in Würfel schneiden.
- 2 Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.

Kochen

7 dl Gemüsebouillon • 1 EL Tomatenpüree • 2 EL Rotweinessig • Salz • Pfeffer • 100 g Crème fraîche

- 3 Gemüsebouillon aufkochen, Randen und Zwiebeln begeben, ca. 10 Minuten zugedeckt kochen.
- 4 Tomatenpüree und Essig begeben, würzen. Die Suppe pürieren.
- 5 In vorgewärmten Suppentellern anrichten. Mit 1 Esslöffel Crème fraîche garnieren.

Toppings

Unsere Randensuppe könnt ihr mit verschiedensten Eiweiss-Toppings ergänzen. So stärkt ihr eure Muskeln und Knochen! Dazu eignen sich Mozzarella-Perlen, Rahmjoghurt oder Hüttenkäse.





Rüebli-Suppe



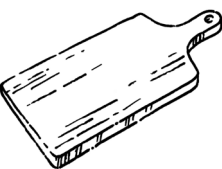
Auf dem Tisch
in 40 Minuten



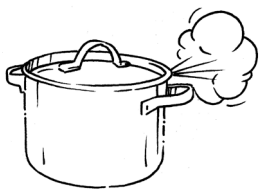
Aktivzeit
25 Minuten



RÜSTMESSE



SCHNEIDEBRETT



KOCHTOPF



PFANNENWENDER



PÜRIERSTAB

Gemüse rüsten

600 g Rüebli

- 1 Rüebli in Stücke schneiden.

Kochen

Butter zum Dämpfen • Salz • Pfeffer • 1l Bouillon •
1,5 dl Rahm

- 2 Butter in einem Kochtopf erwärmen. Rüebli an-
dämpfen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3 Mit Bouillon ablöschen. Bei kleiner Hitze 15–20
Minuten weich kochen. Pürieren und mit Rahm
verfeinern.
- 4 Suppe in Tassen oder Tellern anrichten.

Toppings

Zu unserer feinen Rüebli-Suppe passen verschie-
denste Kerne-Toppings. Diese liefern unserem
Körper Vitamine, Mineralstoffe und Fette. Zum
Beispiel könnt ihr Sonnenblumenkerne, Hasel-
nüsse oder Kernen-Crunch dafür verwenden.



Apfelcrème



Auf dem Tisch in
40 Minuten



Aktivzeit
25 Minuten



TOPF



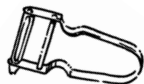
MESSER



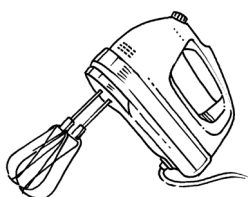
GUMMISCHABER



SCHÜSSEL



SPARSCHÄLER



HANDMIXER

Apfelmus zubereiten

0,5 dl Wasser • 1 TL Zimt • 400 g Äpfel, z. B. Boskop, geschält, Kerngehäuse entfernt, in Stücken

1 Alle Zutaten aufkochen, zugedeckt 10–15 Minuten weich köcheln. Äpfel mit der Flüssigkeit pürieren, auf einem flachen Teller ausstreichen und auskühlen lassen.

Crème zubereiten

2 dl Rahm • ½ TL Zimt • 1 Apfel, gewürfelt • Zimt

2 Rahm mit Zimt steif schlagen.

3 Abwechselnd Rahm und Apfelmus in 4 Gläser einschichten. Mit Apfelwürfeln und Zimt garnieren.

Tipp

Ein Geheimtipp für gesunde Desserts ist Apfelmus. Doch ein genauer Blick auf die Packung lohnt sich: Gekaufter Apfelmus enthält oft zugesetzten Zucker. Das ist unnötig. Apfelmus gibt es auch ungesüßt. So lässt sich einfach Zucker einsparen.



Apple Crumble



Auf dem Tisch in
50 Minuten



Aktivzeit
20 Minuten



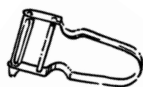
OFENFESTE FORM



MESSER



SCHÜSSEL



SPARSCHÄLER

Äpfel vorbereiten

800 g Äpfel, in 1 cm Würfeln • 1 dl Apfelsaft •
½ Zitrone, abgeriebene Schale und Saft

- 1 Äpfelwürfel in die ausgebutterte Form legen. Apfelsaft, Zitronenschale und -saft mischen, darübergiessen.

Crumble backen

150 g Mehl • 90 g Butter, kalt, in kleinen Stücken •
40 g Zucker • ½ TL Zimt

- 2 Ofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Heissluft/Umluft 200 °C).
- 3 Crumble: Alle Zutaten kurz verkneten, bis sich Klümpchen bilden. Über die Äpfel verteilen.
- 4 In der Mitte des vorgeheizten Ofens 30–35 Minuten backen. Lauwarm servieren.



Cheesecakes im Glas

Saison von
Juli. – Sept.



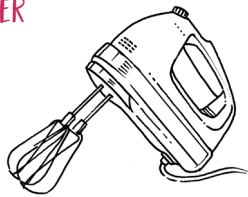
Auf dem Tisch in
30 Minuten



Aktivzeit
30 Minuten



KONFIGLÄSER



HANDMIXER



KLEINES PFÄNNCHEN

Streusel

3 EL Butter • 50 g Vollkorn-Petits-Beurre, zerbröselt

1 Butter in einem Pfännchen erwärmen, zerbröselte Guetzli begeben, mischen. In den Gläsern verteilen. Mit einem kleinen Glas, z. B. Schnapsglas, die Streusel etwas festdrücken, auskühlen lassen.

Zwetschgenmus

250 g Zwetschgen, in Schnitzen • 1 TL Zitronensaft • ½ Vanilleschote, längs aufgeschnitten

2 Zwetschgen, Zitronensaft und Vanille aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten kochen. Zwetschgen mit dem Stabmixer fein pürieren, auskühlen lassen.

Cheesecakemasse

1,25 dl Vollrahm • 150 g Rahmquark • 1 Päckchen Rahmhalter •
2 EL Zitronensaft • 1 Päckchen Vanillezucker

3 Rahm, Quark und Rahmhalter zusammen steif schlagen. Zitronensaft und Vanillezucker kurz darunterrühren. Crème in die Gläser verteilen, glattstreichen. Mit Zwetschgenmus garnieren.



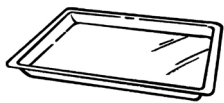
Bruch- schoggi



Fertig in
50 Minuten



Aktivzeit
10 Minuten



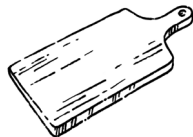
BACKBLECH



BACKPAPIER



ZAHNSTOCHER



SCHNEIDEBRETT



MESSER

Zutaten

2 Tafeln Schweizer Milkschokolade à 100 g* • 2 Tafeln weisse Schweizer Schokolade à 100 g**

Topping: ca. 100 g kleine Salzbrezeln, halbiert • rote Schokolinsen oder Zuckerperlen • Zuckeraugen • nach Belieben weiteres Streudekor, z. B. Zuckerstreusel, Perlen

Zubereitung

- 1 Ofen auf 60 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Von jeder Schokoladensorte 1–2 Reihen abbrechen. Restliche Schokoladetafeln nebeneinander auf das vorbereitete Blech legen. Je ein Schoggi-Häuschen der anderen Sorte verteilt als Köpfe auf die Tafel legen.
- 2 In der Mitte des vorgeheizten Ofens ca. 10 Minuten schmelzen lassen (Test mit Zahnstocher).
- 3 Herausnehmen, sofort mit einem Zahnstocher die Schoggi-Häuschen zu Köpfen formen.
- 4 Rentiere: Augen auflegen, rote Nase setzen. Mit halbierten Salzbrezeln Geweih auflegen. Nach Belieben mit weiteren Toppings bestreuen. Mindestens 30 Minuten kühl stellen.
- 5 Schokolade in beliebige Stücke brechen und verpacken.

Haltbarkeit: 2–3 Wochen

*Lindt Milch extra, Cailler Alpenmilch, Prix Garantie Milch

**Lindt Blanc, Frey Giandor Blanc, Qualité&Prix Weiss, Frey Blanca oder Nestlé Galak



Pancake-Mischung



GLASFLASCHE
1 Liter, grosse Öffnung



REZEPTANLEITUNG & SCHNÜRCHEN



WAAGE



Auf dem Tisch in
5 Minuten



Aktivzeit
5 Minuten

Mischung im Glas

250 g Mehl • ¼ TL Salz • 2 TL Backpulver • 2–3 EL Rohrzucker • 1 Päckchen Vanillezucker • 1 TL Zimt, nach Belieben

1 Mehl, Salz, Backpulver, Zucker, Vanillezucker und Zimt in die Flasche füllen, verschliessen und zum Verschenken anschreiben (inkl. der Anleitung unten zur Zubereitung der Pancakes).

Rezeptanleitung:

1,5 dl Milch • 1 dl Vollrahm • 2 Eier, verquirlt

1 Flasche mit dem Pancake-Mix schräg halten, sodass die Pancake-Mischung auf einer Flaschenseite zu liegen kommt. Milch, Rahm und Eier gut verrühren, zur Mischung giesen. Flasche gut verschliessen, kräftig schütteln, sodass ein dickflüssiger Teig entsteht. Teig 15 Minuten ruhen lassen.

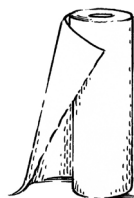
2 Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Flasche noch einmal gut schütteln, portionenweise etwas Teig hineingiessen, Pancakes backen. Herausnehmen und warm servieren.

Haltbarkeit Trockenmischung: 8–10 Monate

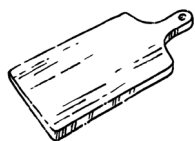
Frischkäse im Glas



EINMACHGLÄSER
1,5–2 dl



**HAUSHALT-
PAPIER**



SCHNEIDEBRETT



MESSER



Fertig in
15 Minuten



Aktivzeit
15 Minuten

Zutaten

150 g Schweizer Mozzarelline • 200 g Käse (Feta-Art), in Würfeln 1,5 × 1,5 cm • 4 Zweige Rosmarin und/oder Thymian • 2 TL bunte Pfefferkörner • 2 Knoblauchzehen, halbiert • einige kleine Chilischoten, nach Belieben • 3–4 dl Rapsöl

Zubereitung

- 1 Käse mit Haushaltspapier trocknen. Zusammen mit Kräutern, Pfeffer und Knoblauchzehen in die Gläser schichten. Nach Belieben Chilischoten begeben.
- 2 Öl darübergießen, sodass alles bedeckt ist. Gläser gut verschliessen, im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Servieren mindestens 24 Stunden ziehen lassen.

Haltbarkeit: 1–2 Wochen

Pizzateig



Auf dem Tisch in
1h 10 Minuten



Aktivzeit
10 Minuten



WAAGE



MASSBECHER



SCHÜSSEL



KÜCHENTUCH

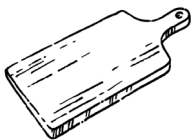
Zutaten

400 g Mehl • ½ TL Salz • 15 g Hefe • 2,5 dl Wasser • 2 EL Rapsöl

Zubereitung

- 1 Alle Zutaten bereitstellen.
- 2 Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, eine Mulde formen. Hefe in wenig Wasser auflösen, zusammen mit restlichem Wasser und Öl in die Mulde geben. Zu einem geschmeidigen Teig kneten.
- 3 Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen.

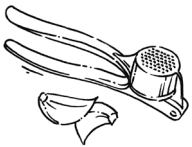
Tomatensauce für Pizza



SCHNEIDEBRETT



MESSER



KNOBLAUCH-
PRESSE



PFANNE



KOCHLÖFFEL



PÜRIERSTAB



Auf dem Tisch in
20 Minuten



Aktivzeit
20 Minuten

Zutaten

1 Zwiebel, fein gehackt • 1 Knoblauchzehe, gepresst • Butter • 2 EL Tomatenpüree • 400 g Pelati • ½ TL Salz • Pfeffer • 1 EL Kräuter, gehackt, z.B. Oregano, Basilikum, Thymian

Zubereitung

- 1 Zwiebel und Knoblauch in Butter andünsten. Tomatenpüree kurz mitdünsten.
- 2 Pelati, Gewürze und Kräuter beifügen. Offen 10–15 Minuten köcheln, bis die Sauce eindickt. Nach Belieben pürieren.



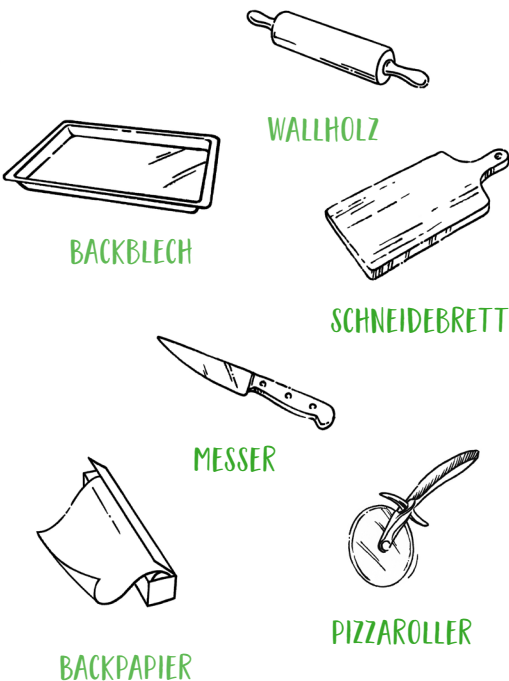
Kinderpizza



Auf dem Tisch in
27 Minuten



Aktivzeit
15 Minuten



Zutaten

1 Pizzateig, ca. 600–800 g • 2 dl Tomatensauce • 150 g Schweizer Mozzarella, in Scheiben • 150 g Schinkentranchen, in Würfeln oder Streifen • 150 g geriebener Gruyère AOP

Zubereiten

- 1 Ofen auf 230 °C Heissluft vorheizen (Ober-/Unterhitze 250 °C).
- 2 Teig vierteln und 4 Rondellen à 20 cm Ø auswallen. Je 2 auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
- 3 Belag: Je 4–5 EL Tomatensauce auf dem Teig verteilen, dabei rundum einen 1–2 cm breiten Rand frei lassen. Mozzarella darauf verteilen. Mit Schinken belegen und geriebenem Käse bestreuen.
- 4 Pizza auf der untersten Rille des vorgeheizten Ofens 12–15 Minuten backen. Herausnehmen, in Stücke schneiden, servieren.

Mozzarella-Sticks



Zutaten

Sauce: 1 Knoblauchzehe, fein gehackt • Butter zum Dünsten • 5 Fleischtomaten, in Würfeln, oder Tomaten aus der Dose (Pelati) • ½ TL Zucker • Salz • Pfeffer • 1 EL Peterli, gehackt • 1 EL Basilikum, gehackt

Sticks: 300 g Schweizer Mozzarella, abgetropft, in Stücken 2 × 7 cm • 2 Eier, verquirlt • Salz • Pfeffer • 50 g Mehl • 100 g Paniermehl • Bratcrème

Sauce

1 Knoblauch in Butter dünsten. Tomaten zugeben, kurz mitdünsten. Zucker beifügen, würzen, zugedeckt 5–10 Minuten köcheln.

Sticks

2 Mozzarellasticks mit Haushaltspapier trocken tupfen. Eier mit einer Gabel verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Mozzarellasticks im Mehl wenden, durch das Ei ziehen, panieren. Nochmals durch das Ei ziehen, panieren.

4 Ofen auf 180 °C Heissluft vorheizen (Ober-/Unterhitze 200 °C). Panierte Sticks mit Bratcrème beträufeln, auf ein vorbereitetes Blech legen.

5 In der Mitte des Ofens 7–10 Minuten goldgelb backen.

6 Peterli und Basilikum in die Tomatensauce geben, mit den Sticks servieren.



Auf dem Tisch in
30 Minuten

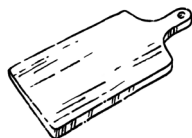


Aktivzeit
30 Minuten

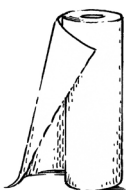


MESSER

SCHNEIDEBRETT

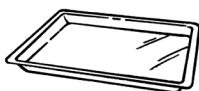


PFANNE



HAUSHALTPAPIER

BACKBLECH



BACKPAPIER

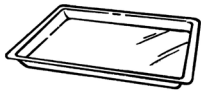
Pizza-Raupe



Auf dem Tisch in
1h 15 Minuten



Aktivzeit
20 Minuten



BACKBLECH



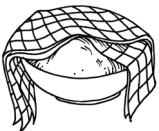
BACKPAPIER



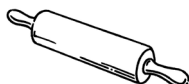
SCHÜSSEL



MASSBECHER



KÜCHENTUCH



WALLHOLZ



MESSER

Zutaten

Teig (oder Fertig-Pizzateig): 250 g Mehl • $\frac{3}{4}$ TL Salz • 10 g Hefe • 1,5 dl Milchwasser (halb Milch, halb Wasser) • 1 EL Rapsöl

Füllung: 2 dl Pizzasauce • 1 EL Kräuter, z.B. Basilikum, Oregano, gehackt • 150 g Pizzakäse, Reibkäse oder Schweizer Mozzarella • 5 Scheiben Schinken

Teig

1 Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe zerbröckeln, in wenig Milchwasser auflösen, restliches Milchwasser sowie Öl hineingeben. Zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur aufs Doppelte aufgehen lassen.

2 Ofen auf 200 °C Heissluft/Umluft (Ober-/Unterhitze 220 °C) vorheizen.

3 Etwas Teig für den Kopf beiseitelegen. Restlichen Teig auf wenig Mehl rund auswallen (ca. 30 cm Ø). Teig halbieren. Eine bebilderte Beschreibung findest du auf swissmilk.ch. Die Halbkreise an der Schnittkante nebeneinander versetzt auf das vorbereitete Blech legen, sodass sie sich noch berühren. Von der Mitte Richtung Rand beide Halbkreise V-förmig einschneiden, nicht ganz durchschneiden (ca. 8 cm langer Schnitt).

Füllung

4 Die Sauce am äusseren Rand verteilen. Halbkreismitten bei der Schnittkante frei lassen. Kräuter, Käse und Schinken auf die Sauce verteilen.

5 Die 6 innen liegenden Spitzen über die Füllung Richtung Teigrundung klappen. Raupe ggf. noch mal etwas nachformen. Aus dem restlichen Teig den Kopf formen.

6 In der Mitte des vorgeheizten Ofens 15–20 Minuten backen.

Zopfkränzli



Auf dem Tisch in
2 Stunden



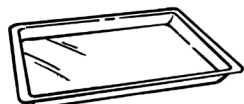
Aktivzeit
25 Minuten



SCHÜSSEL



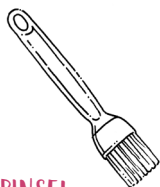
HANDTUCH



BACKBLECH



BACKPAPIER



PINSEL

Zutaten

500 g Mehl • ½ – 1 EL Salz • 21 g Hefe, zerbröckelt • 2¾ dl Milch, lauwarm •
75 g Butter, weich • ½ Ei verquirlt, zum Bestreichen

Teig erstellen

1 Mehl und Salz in eine Schüssel geben, eine Mulde formen. Hefe in der Milch auflösen, zusammen mit Butter in die Mulde geben, zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur aufs Doppelte aufgehen lassen.

Flechten

2 Kränze: Teig vierteln. Jedes Viertel in je 3 Teile teilen, diese zu gleichmässig dicken etwa 20 cm langen Strängen formen.

3 Flechten: Je drei Stränge senkrecht vor sich hinlegen, am oberen Ende zusammen-drücken. Wie gewohnt flechten. Flechtstart: Abwechselnd die äusseren Stränge über den mittleren Strang legen. Wiederholen, bis der Zopf geformt ist. Während des Flechtens ab und zu Platz schaffen zwischen den Strängen, damit der Mittelstrang gut abgelegt werden kann. Die Enden zusammenfügen.

Backen

4 Auf das mit Backpapier belegte Blech legen, 15–30 Minuten aufgehen lassen.

5 Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Heissluft/Umluft 180 °C).

6 Kränze mit Ei bestreichen. Auf der zweituntersten Rille des vorgeheizten Ofens 20–25 Minuten backen.

Rüebli-Cupcakes



Auf dem Tisch in
1 Stunde



Aktivzeit
30 Minuten



SCHÜSSEL



GUMMISCHABER



PINSEL



RAFFEL



PAPIERKAPSELN



HANDMIXER



MUFFINBLECH

Zutaten

Teig: 50 g Butter, weich • 5 Eigelb, Raumtemperatur • 200 g Zucker • ½ Zitrone, abgeriebene Schale • 200 g gemahlene Mandeln • 250 g Rüebli, fein gerieben • 100 g Mehl • ½ TL Backpulver • ½ TL Zimtpulver • 1 Msp. Gewürznelkenpulver • 5 Eiweiss • 1 Prise Salz • 50 g Aprikosenkonfitüre

Frosting: 120 g Butter, weich • 1–2 EL Zitronensaft • 350 g Puderzucker • 12 Marzipanrüebli zum Garnieren

Teig

- 1 Alle Zutaten bereitstellen. Teig: Butter, Eigelb, Zucker und Zitronenschale mit den Schwingbesen des Handrührgerätes rühren, bis die Masse hell und schaumig ist. Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Heissluft/Umluft 160 °C).
- 2 Mandeln und Rüebli dazugeben, unter die Butter-Eier-Crème mischen. Mehl mit Backpulver und Gewürzen mischen, darunterziehen.
- 3 Eiweiss mit Salz steif schlagen, dazugeben und mit dem Teigschaber sorgfältig darunterziehen. Masse in die vorbereiteten Muffintiefungen füllen. In der Mitte des vorgeheizten Ofens 30–35 Minuten backen. Herausnehmen, leicht auskühlen lassen.
- 4 Konfitüre erwärmen. Die noch warmen Muffins auf der Oberfläche mit Konfitüre bepinseln. Vollständig auskühlen lassen.

Frosting

- 5 Butter, Zitronensaft und Puderzucker mit dem Mixer rühren, bis die Masse Spitzchen bildet.
- 6 Muffins mit dem Frosting und den Marzipanrüebli garnieren.



Osterküchlein

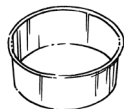


Auf dem Tisch in
1h 45 Minuten



Aktivzeit
1 Stunde

8 TARTELETES-FÖRMCHEN (8CM Ø)



RUNDER AUSSTECHER
(10CM Ø)



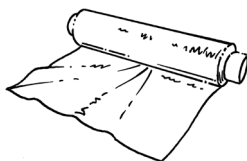
SCHÜSSEL



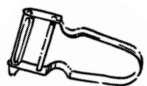
WAAGE



GUMMISCHABER



FRISCHHALTEFOLIE



SPARSCÄLER

WALLHOLZ



PÜRIERSTAB

HASENSCHABLONE



Teig zubereiten

150 g Mehl • 1 Prise Salz • 60 g Zucker • 75 g Butter, kalt, in Stücken • 1 Eigelb

1 Mehl, Salz und Zucker mischen. Butter beifügen. Mit beiden Händen alles verreiben, bis eine krümelige Masse entsteht. In der Mitte eine Mulde formen. Eigelb hineingiessen, zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

2 Förmchen mit Butter fetten. Teig auf wenig Mehl 3 mm dick auswallen. 8 Kreise von 10 cm Ø ausstechen, in die ausgebutterten Förmchen legen, Teigbödeli mit einer Gabel einstechen, kühl stellen.

Füllung

200 g Rüebli • 50 g Butter • 3 EL Rahm • 2 Eier • 5 EL Zucker • 2 EL Maisstärke • 1 Zitrone, abgeriebene Schale

3 Rüebli schälen und in grobe Stücke schneiden. In einen Topf geben, so viel Wasser dazugießen, dass die Rüebli knapp bedeckt sind. Bei mittlerer Hitze weich kochen, etwas abkühlen lassen. Mit Butter, Rahm, Eiern, Zucker, Maisstärke und Zitronenschale pürieren.

4 Ofen auf 200 °C Unter-/Oberhitze vorheizen.

5 Füllung auf den Teigbödeli verteilen.

6 In der unteren Hälfte 20-25 Minuten backen, auskühlen lassen.

7 Vor dem Servieren Tartelettes auf Teller geben, Hasenschablone oder Papierstreifen darauflegen, mit Puderzucker und Zuckerblüemli verzieren.

Tipp: Die Osterküchlein lassen sich 1 Tag im Voraus backen, kurz vor dem Servieren garnieren. Schneller geht es mit gekauften Tartelettes-Bödeli. 12 Bödeli auf ein Blech stellen. Füllung hineingiessen. In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens 15-20 Minuten backen.



Baked Oatmeal mit Osterschokolade-Resten



Auf dem Tisch in
35 Minuten



Aktivzeit
15 Minuten



SCHÜSSEL



RAFFEL



GRATINFORM

Zutaten

1 Glas Haferflocken • ½ Glas kochendes Wasser • 1 Glas Milch • 1 Apfel, grob gerieben • 100 g Osterschokolade, grob gerieben • 2 EL gemahlene Haselnüsse • 1 Prise Salz • 1 Päckchen Vanillezucker

Zubereitung

- 1 Ofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Heissluft/Umluft 180 °C).
- 2 In einer Schüssel Haferflocken mit kochendem Wasser und Milch bedecken. Alle anderen Zutaten dazugeben, mischen, in Form abfüllen. In der Mitte des vorgeheizten Ofens ca. 20 Minuten backen.

Tipp: Das gebackene Oatmeal kann im Kühlschrank zugedeckt etwa 5 Tage aufbewahrt werden. Vor dem Geniessen kann es ohne Deckel in der Mikrowelle aufgewärmt werden.

Was macht man mit so viel Gras? Milch natürlich!

Knapp ein Drittel der
Schweiz ist Grasland. Das
ist ideal für eine nach-
haltige Milchproduktion.



Schweiz. Natürlich.

Schweizer Milch und
Milchprodukte. Echt stark.
swissmilk.ch/grasland

swissmilk