

KOSTEKLECKS & SCHMACKOFATZ

GEHEIMNISSE AUS DER KITAKÜCHE



REZEPTE

Süße Quarkspeise	5	Eier in Senfsoße	33
Naturjoghurt mit Fruchtmus	7	Fischfrikadelle mit Kartoffelbrei	35
Möhrensalat	9	Königsberger Klops in Kapernsoße	37
Eiersalat	11	Beefsteak	39
Schinkensalat	13	Schweinegulasch	41
Gurkensalat	15	Kasslerragout mit Melone	43
Linseneintopf mit Kassler	17	Gulasch „Stroganoff Art“	45
Möhreneintopf	19	Nudeln mit Käse-Sahnesoße	47
Kartoffelsuppe mit Wiener	21	Frikassee vom Huhn mit Reis	49
Brühreis	23	Nudeln mit Tomatensoße	51
Kräuterquark mit Kartoffeln	25	Schnitzel mit Kartoffeln, Blumenkohl	53
Quarkkeulchen mit Apfelmus	27	Krautnudeln	55
Quarkeierkuchen mit Apfelmus	29	Plätzchen	57
Eirragout mit Kartoffeln	31	klassische Mehlschwitze	58

ZUTATEN IMMER FÜR 4 PERSONEN



QUARKEIERKUCHEN MIT APFELMUS

1. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren.
2. Eine Pfanne mit Öl erhitzen, mit einer kleinen Kelle den Teig in das erhitzte Öl geben, in der gewünschten Stärke verteilen (etwas dicker als ein Crêpe) und von beiden Seiten goldgelb ausbacken.
3. Die fertigen Quarkkeierkuchen auf Küchenpapier zwischenslagern, damit sie vom überschüssigen Fett befreit werden.
4. Das Apfelmus in einem Schälchen und die fertigen Quarkkeulchen auf einem Teller servieren.

TIPP:

OB DAS ÖL DIE RICHTIGE TEMPERATUR ERREICHT HAT, PRÜFT MAN MIT DEM STIEL EINES HOLZLÖFFELS, DEN MAN IN DAS ÖL TAUCHT. BILDEN SICH KLEINE PERLEN AM STIEL, DANN HAT DAS ÖL DIE RICHTIGE TEMPERATUR.

ZUTATEN

200 G QUARK
5 EIER
300 G MEHL
50 G ZUCKER
500 ML MILCH
1/2 PK BACKPULVER
1 PK VANILLEZUCKER,
1 PRISE SALZ
ÖL ZUM AUSBACKEN

BEILAGE:
600 G APFELMUS





EIERRAGOUT MIT KARTOFFELN

TIPP:

ZUM AUFFÜLLEN DER MEHLSCHWITZE KANN AUCH DAS KOCHWASSER VOM GEMÜSE GENOMMEN WERDEN.

ZUTATEN

8 EIER
200 G MÖHREN
200 G KOHLRABI
500 ML MILCH
50 G BUTTER
50 G MEHL
SALZ, PFEFFER, 1 PRISE ZUCKER
SENF, PETERSILIE
800 G KARTOFFELN
2 EL BUTTERSCHMALZ
ODER BRATMAGARINE
2 EL BUTTER

1. Eier hart kochen, abschrecken und auskühlen lassen.
2. Kartoffeln waschen, schälen und in Salzwasser garen.
3. Das geputzte Gemüse in Stifte schneiden oder klein würfeln, in etwas leicht gesalzenem Wasser dünsten.
4. Aus der Butter und dem Mehl eine klassische helle Mehlschwitze herstellen, diese mit der Milch aufgießen (bis die Soße die gewünschte Konsistenz hat) und bei geringer Hitze glattrühren.
5. Die ausgekühlten Eier pellen, klein schneiden und mit dem gegarten Gemüse in die Soße geben.
6. Die Soße mit Senf, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken und mit gehackter Petersilie servieren.





FISCHFRIKADELLE

MIT KARTOFFELBREI UND GURKENSALAT

1. Fischfilet waschen und auf Gräten prüfen, diese entfernen. Fisch 5-8 min in siedendem Wasser dünsten.
2. Kartoffeln waschen, schälen und in leicht gesalzenem Wasser weich kochen
3. Den Fisch und die Kartoffeln abkühlen lassen, die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel pressen und den Fisch dazu geben. Den Fisch und die Kartoffeln gut durchkneten.
4. Zwiebel kleinhacken, Petersilie kleinhacken und mit den übrigen Zutaten gut durchkneten. Semmelbrösel zum Binden dazugeben, Frikadellen formen, in Öl von allen Seiten bis zum gewünschten Bräunungsgrad braten.
5. Mit Kartoffelbrei und Gurkensalat servieren.

ZUTATEN FÜR DIE FRIKADELLEN

600 G FISCHFILET
Z.B. VIKTORIASEEBARSCH
ODER KABELJAU
400 G KARTOFFELN
1 GROSSE ZWIEBEL
3 EIER
SALZ, SENF, PFEFFER
2 BUND PETERSILIE
60 G SEMMELBRÖSEL

TIPP:

SOLLTE DER TEIG NOCH NICHT GUT FORMBAR SEIN, GEBEN SIE BITTE NOCH SEMMELBRÖSEL HINZU, BIS DIE GEWÜNSCHTE KONSISTENZ ERREICHT IST. ZUM FORMEN DER FISCHFRIKADELLEN KANN MAN DIE HÄNDE MIT KALTEM WASSER ANFEUCHTEN.

EIERSALAT

1. Die Eier hart kochen, abschrecken, abkühlen lassen und pellen.
2. Mit dem Eierschneider einmal längs und einmal quer schneiden. In einer Schüssel mit den Zutaten vermengen und nach Geschmack nachwürzen.
3. Den frischen Schnittlauch zum Schluss unterheben.



ZUTATEN

8 EIER

1 EL MIRACLE WHIP

1/2 TL BAUTZNER SENF,
SALZ, PFEFFER,
SCHNITTLAUCH

ÜBRIGENS

...MACHEN WIR KEINE WERBUNG FÜR BESTIMMTE PRODUKTE, ABER WENN ES SO SCHMECKEN SOLL WIE IM KINDERGARTEN, MÜSSEN SIE BITTE AUCH DIE BEWÄHRTEN PRODUKTE NEHMEN. DAS LIGHT PRODUKT VON MIRACLE WHIP VERFÄLSCHT DEN KINDERGARTEN-GESCHMACK AUCH.

GLEICHES GILT FÜR DEN SENF, DA GIBT ES ABER KEIN LIGHT-PRODUKT, BAUTZNER IST BAUTZNER!

