

Maximas Kinderrezepte

von Mag. Birgit Hämmerle
Rezepte & Fotos: AGES, BMfG



Nuss-Schoko-Bärchen

(8 Stück)

1 Banane
etwas Zitronensaft
100 g Magertopfen
2 EL gemahlene Walnüsse
1 EL Kakaopulver
4 Scheiben Vollkorntoastbrot

Zubereitung

- Banane schälen, mit einer Gabel zerdrücken und sofort mit dem Zitronensaft vermischen.
- Magertopfen, Walnüsse und Kakaopulver hinzufügen und gut miteinander verrühren.
- Auf Toastbrote aufstreichen und mit Bärchenformen ausstechen.

Tipp

Eignet sich hervorragend fürs Frühstück!
Als Ausstecher können auch andere Formen wie z. B. Sterne oder Herzen verwendet werden.



Pikante Schnecken

(4 Palatschinken)



2 Eier
200 ml fettarme Milch
80 g Dinkelvollkornmehl
1 Prise Salz
1 EL Rapsöl
etwas Petersilie
200 g Magertopfen
Salz, Pfeffer
150 g Putenschinken
Zahnstocher oder Cocktailstäbchen

Zubereitung

- Eier, Milch, Mehl und Salz zu einem glatten Teig verrühren.
- Aus dem Teig in einer beschichteten Pfanne mit etwas Öl 4 Palatschinken zubereiten.
- Petersilie waschen und klein schneiden, unter den Topfen rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Masse in der Mitte der ausgekühlten Palatschinken verstreichen. Anschließend mit Putenschinken belegen und vorsichtig einrollen.
- Die Rollen in ca. 3 cm breite Stücke schneiden und mit je 2 Zahnstochern oder Cocktailstäbchen als Schnecken anrichten.