

# Maximas Kinderrezepte

von Mag. Birgit Hämmerle,  
Ernährungswissenschaftlerin



## **Bananencocktail**

(1 Portion)

### **Zutaten**

- 1 reife Banane
- 250 ml Milch
- Pürierstab
- Strohalm und Zitrone für die Dekoration

### **Zubereitung**

- Banane schälen und in Stückchen schneiden
- 1-2 Scheiben Banane für die Dekoration aufsparen, diese mit Zitronensaft beträufeln
- Milch und Bananenstückchen in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab mixen
- Dekorieren. Fertig ist das Erfrischungsgetränk!



### **Hinweis**

Warum werden die Bananenscheiben die zur Dekoration dienen mit Zitronensaft beträufelt? Was passiert, wenn das nicht gemacht wird und warum?  
Die Auflösung findet ihr im Anschreiben/Mail.

## **Erdbeer-Eis am Stiel**

(6 Portionen)



### **Zutaten**

- Eisformen Tupperware
- 200 g Naturjogurt
- 200 g frische Erdbeeren
- 1 gestrichener EL Zucker
- Pürierstab

### **Zubereitung**

- Erdbeeren waschen, Stielansätze entfernen
- Naturjogurt, Erdbeeren und Zucker in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab mixen
- Jogurt-Erdbeermasse in Eisformen füllen und für vier Stunden in das Gefrierfach geben

### **Tipp**

Anstelle der Erdbeeren können auch andere Früchte verwendet werden.

*Viel Vergnügen bei der Zubereitung und beim  
Genießen wünscht euch*

*Birgit*