

Rezepte für Klimaschutzkochmobil



Buntes Partybuffet mit Kindern

Zutaten:

- Vollkornbrot und helles Brot (z. B. Baguette)
- Bunte Brotaufstriche auf Sonnenblumenkernbasis
- evtl. hochwertige Pflanzenmargarine
- Käse / Mozzarella
- Soja- oder Weizenfleischwurst
- frisches Gemüse (Karotten, bunte Paprika, Gurken, Tomaten, Radieschen...)
- Frische Salatblätter
- evtl. Oliven
- Mais aus dem Glas
- Frische Kräuter (Basilikum, Schnittlauch, Petersilie)
- Frisches Obst (Bananen, Äpfel, Trauben, Melone u. a. Früchte der Saison)
- Holzzahnstocher für Obstspieße

Alle Zutaten sollten auf dem Tisch ausgebreitet werden, damit das sofort animierend wirkt. Jedes Kind sollte etwas zu tun haben. Bereite auf dem Tisch eine Schüssel mit Wasser zum Waschen des Gemüses und der Früchte sowie Schneidebrettchen mit Messern vor. Besprich mit den Kindern, wer welche Aufgabe übernehmen will und verteile die oben genannten Zutaten. Die fertigen, belegten Häppchen werden auf Tablets oder Brettern dekoriert. Am besten sieht das Buffet aus, wenn die diese Unterlagen zunächst mit Salatblättern abgedeckt werden. Die Kinder können Gesichter, oder farbliche Muster auf die Brote dekorieren, was ihnen viel Spaß macht. Zeige ihnen auch, wie man Radieschenmäuschen herstellt. Diese sind stets sehr beliebt.

