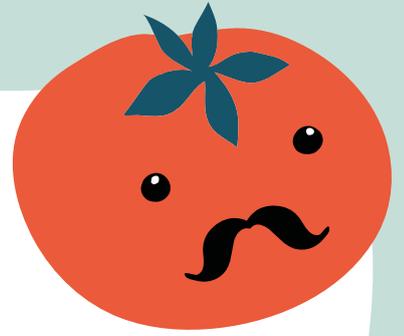


KINDERKOCHBUCH DER KULTUREN

Rezepte aus 23 Nationen







Liebe Kinder, der Lockdown hat uns alle sehr getroffen, aber ganz besonders auch Euch. Nichts war mehr wie vorher. Ihr durftet nicht mehr regelmäßig zur Schule, keine Freunde mehr treffen und musstet oft zuhause bleiben.

Die Schulsozialarbeiter/ innen haben sich überlegt, wie sie Euch trotzdem etwas Freude bereiten können. Und da kam die Idee, dass Ihr ja Kochrezepte aus den unterschiedlichen Ländern, aus denen Ihr kommt, aufschreiben und den Kindern und ihren Familien zu Verfügung stellen könnt. Ich bin sehr beeindruckt, was für tolle Rezepte ihr aufgeschrieben habt. Damit auch viele Menschen diese Rezepte nutzen und leckere Gerichte kochen können, haben wir uns entschlossen, ein Kochbuch daraus zu machen. Das Kochbuch werden wir dann an viele Familien verteilen. Ich möchte Euch ganz herzlich danken für Eure Mühe und die tollen Rezepte.

Lassen wir es uns schmecken!

Viele Grüße
Guido Trappmann

**Krefeld
ist bunt!**

Krisenzeiten machen erfinderisch...

Unsere KollegInnen haben sich in der Pandemie immer wieder neue Möglichkeiten überlegt, mit den Kindern an den Schulen in Kontakt zu kommen oder zu bleiben.

So gab es Anfang 2021 einen Brief an viele Schülerinnen und Schüler verbunden mit der Bitte, uns doch Lieblingsrezepte zurück zu schicken.

Aus all den bunten Antworten haben wir nun dieses Kochbuch zusammengestellt. Es gab Briefe an Kinder der Buchenschule, Grundschule Vulkanstraße, Johansenschule, Mosaikschule (Standort Felbelstraße) und Regenbogenschule.

Insgesamt haben wir Rezepte aus 23 Nationen bekommen – Krefeld ist bunt!

Hier ist ein Beispielbrief, wie ihn die Kinder der Buchenschule bekommen haben:

**90 Rezepte
von Krefelder
Grundschulern**

Elefanten Pinguine Eulen Giraffen
Delfine Drachen Erdmännchen
Eisbären Schmetterlinge Wölfe

Hallo Liebe _____

Hier ist Frau Kurdek, die neue Schulsozialarbeiterin von deiner Grundschule! Da wir uns nun schon viele Wochen nicht gesehen haben, habe ich gedacht ich schreibe dir heute mal einen Brief.

Meine Ferien waren sehr schön. Weihnachten habe ich mit vielen Keksen und Süßigkeiten, leckerem Essen, und ganz viel Zeit mit der Familie verbracht.

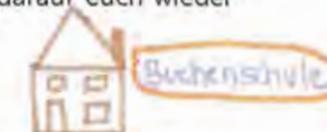


Silvester konnte in diesem Jahr leider nicht wie immer gefeiert werden.

Bei uns gab es Raclette (ein leckeres Essen bei dem man Gemüse, Fisch und Fleisch gemeinsam in einer kleinen Pfanne mit Käse überbackt).

Das waren meine Ferien.

Seitdem warte ich natürlich genau so sehr darauf, dass die Schule wieder losgeht wie du. Ich freue mich schon sehr darauf euch wieder alle zu sehen!



Du auch?

Neben den ganzen Aufgaben von deiner Klassenlehrerin, habe ich mir eine kleine Aufgabe überlegt. Mit diesem Brief schicke ich dir noch 2 Blätter.



Auf einem steht mein Lieblingsessen. Das esse ich gerne mit meiner Familie in der Winterzeit. Bratäpfel. Bratäpfel sind einfach zu machen und schmecken superlecker. Vielleicht kannst du mit deinen Eltern Bratäpfel backen.

Das zweite Blatt ist eine Vorlage für **dein** Lieblingsessen!

Du kannst mit deiner Mama oder deinem Papa das Rezept für dein Lieblingsessen auf diese Vorlage malen/ schreiben.

Oben rechts kannst du die Flagge von dem Land malen, aus dem dein Lieblingsgericht kommt. Auf dem Teller kannst du ein Bild von deinem Lieblingsessen malen.

Wenn alle Kinder ein Rezept aufschreiben, haben wir, wenn wir alle wieder in der Schule sind ein großes Kochbuch mit den leckersten Speisen aus der ganzen Welt!

Wenn du Lust hast kannst du mir ja einen Brief schreiben wie deine Ferien waren. Das würde mich sehr freuen! Den Brief kannst du auch gerne in die Schule bringen oder von deinen Eltern bringen lassen.

Für deine Eltern:

Ich bin natürlich auch in der Lockdown Zeit für Sie da. Falls es bei Ihnen zu Hause Probleme mit den Aufgaben Ihrer Kinder oder Sonstigem gibt, können Sie mich jederzeit unter der Nummer 0170 9511354 oder per Mail unter Kerstin.Kurdek@krefeld.de erreichen.

Liebe Grüße und bis bald,

Kurdek

Frau Kurdek

Schulsozialarbeiterin

Bleiben Sie
gesund!



Was Schulsozialarbeit bedeutet, erklären die Kolleginnen und Kollegen auf den nächsten Seiten. Einige fragen sich aber vielleicht, was das Ganze mit der Stadt zu tun hat? „Wir“ – das sind die Kolleginnen und Kollegen der Kom. ZFB, eine Abteilung des Fachbereichs Jugendhilfe und Beschäftigungsförderung der Stadt Krefeld. Der Fachbereich ist ziemlich groß und hat viele unterschiedliche Aufgaben: Von Kindertagespflege und Kita´s über Freizeitzentren und Ferienangeboten bis hin zur Beratung von Jugendlichen auf dem Weg in Arbeit und natürlich Förderung & Schutz aller Kinder in Krefeld gibt es viel zu tun.

Die Kom. ZFB (Kommunale Zentralstelle für Beschäftigungsförderung) hat Kolleginnen und Kollegen an vielen Schulen von der Grundschule bis zum Berufskolleg, wir helfen bei der Ausbildungsplatzsuche, begleiten und beraten in manchen Stadtvierteln ganz besonders intensiv, haben eine Anlaufstelle für junge Familien und Alleinerziehende...

Unsere SchulsozialarbeiterInnen haben daher ein tolles Netzwerk, um euch möglichst gut helfen zu können! Das alles machen wir kostenfrei für alle Krefelder Kinder und Familien und versuchen für Jede und Jeden die richtige Hilfe zu finden...

So erreicht Ihr uns:

kom.zfb@krefeld.de,
02151 863006 oder über
Instagram auf [zfb_mobil](#)





Mein Name ist Ayse Gül Temiz,

ich bin staatlich anerkannte Sozialarbeiterin und Mitarbeiterin der Kom. ZFB. Seit über zwei Jahren bin ich als Schulsozialarbeiterin an der Mosaikschule Felbelstr. tätig. Mein Schwerpunkt liegt hierbei vor allem in der offenen Kinder- und Jugendarbeit.

Meine Aufgaben an der Mosaikschule sind u.a.:

- » die Förderung sozialer Kompetenzen im Schulalltag
- » die Förderung der Lern- und Leistungsbereitschaft
- » Gewaltprävention
- » Streitschlichtung
- » Krisenintervention
- » Hospitation in einzelnen Klassen
- » Schülersprechstunden
- » Projektarbeit
- » Beratungen für Schüler*innen, Eltern und Lehrer*innen
- » Hilfe für Eltern bei Beantragung von Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket (BuT)

Alle Gespräche und Beratungen finden vertraulich statt, die Inhalte unterliegen der Schweigepflicht. Grenzen findet diese bei Selbst- oder Fremdgefährdung sowie bei Kindeswohlgefährdung.

All diese Aufgaben haben auch meine Kolleginnen und Kollegen an den anderen Krefelder Grundschulen. Jeder und Jede von uns versucht dabei, bestmöglich auf die Besonderheiten der jeweiligen Schule einzugehen, damit wir möglichst gute Unterstützung für Krefelder Familien bieten können.



Liebe Eltern und Leser*innen,

mein Name ist Claire Berten, ich bin staatliche geprüfte Sozialarbeiterin/ Sozialpädagogin und arbeite seit 2020 bei der kommunalen Zentralstelle für Beschäftigungsförderung der Stadt Krefeld. Eingesetzt bin ich als Schulsozialarbeiterin an der Grundschule Johansenschule im Stadtteil Linn.

Meine Arbeit richtet sich an Kinder der Grundschule sowie deren Eltern und Lehrer*innen, um sie zu unterstützen und zu beraten. Meine Kollegin Ayse Gül Temiz hat schon einige Aufgaben genannt, die wir alle an den Grundschulen erfüllen. Zusätzlich gibt es ein paar besondere Aufgaben an unserer Schule:

- » Soziale Stunde online, während des Distanzunterrichts
 - » Freie Sprechstunde für Schüler*innen
 - » Ruhe-Pause mit kreativen Angeboten
 - » Projektarbeit mit der Hochschule Niederrhein
- Und noch vieles mehr...

Liebe Schüler*innen,

ich freue mich sehr, dass aus euren Rezepten ein Kochbuch entstanden ist und ihr mit uns eure Lieblingsrezepte geteilt habt. Außerdem finde ich es spannend, dass Gerichte aus so vielen verschiedenen Ländern zusammenkommen und wir sehen, wie vielfältig unsere Schulen sind. Man sieht, wie ihr euch bei den Rezepten Mühe gegeben habt und ich freue mich, dass wir am Ende ein „kulturelles Kochbuch“ zusammenstellen konnten. Mein Rezept habe ich mit euch geteilt und ausgewählt, weil es bei mir zu Hause immer montags Nudeln mit Bolognese gab. Es war bei mir in der Familie ein Ritual, welches sich bei uns festgesetzt hatte. Montag war der „Nudeln Tag“. Ich hoffe ihr habt viel Freude beim durchblättern und findet ein Gericht zum nachkochen. Wir sehen uns in der Schule wieder.

**Bis dahin
Eure Frau Berten**



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern,

mein Name ist Kerstin Kurdek. Ich bin die kommunale Schulsozialarbeiterin an der Buchenschule. Mein Studium B.A. Soziale Arbeit habe im Jahr 2019 erfolgreich abgeschlossen. Seit einem Jahr arbeite ich bei der kommunalen Zentralstelle für Beschäftigungsförderung der Stadt Krefeld.

In meiner Freizeit verbringe ich die meiste Zeit mit meiner Tochter. Zusammen kochen wir total gerne. Am liebsten essen wir Reibekuchen mit Apfelmus oder gefüllte Paprika. Ein großes Hobby von mir ist das Backen. Es macht mir Spaß, mich kreativ austoben zu können. Dabei entstehen immer schöne und leckere Torten. Auf dem Bild könnt Ihr meine Tochter beim Dekorieren von Cupcakes sehen.



Ganz besonders freue ich mich auf unser Kochbuch. Dank euch haben wir sehr viele leckere Rezepte bekommen. So viele, dass es ein Kochbuch geworden ist. Ein bunt gemischtes Kochbuch. Rezepte aus der ganzen Welt haben hier einen Platz gefunden.

Ich freue mich schon sehr darauf, dass ein oder andere Rezept mit euch nachzukochen.

**Bis dahin
Liebe Grüße
Frau Kurdek**



Liebe Eltern und Leser*innen, ich heiße Joshua Wilms und bin seit 2020 bei der Kommunalen Zentralstelle für Beschäftigungsförderung der Stadt Krefeld für die Grundschule Vulkanstraße angestellt. Was Schulsozialarbeit genau macht und was meine Aufgabenbereiche sind, haben Sie sicherlich schon den Texten meiner Kolleginnen entnommen, deshalb dachte ich, ich erkläre kurz, warum uns ausgerechnet ein Kochbuch eingefallen ist, als es darum ging, den Schüler*innen in der Coronazeit eine kreative Aufgabe zu stellen. Ich selbst koche sehr gerne und empfinde kochen auch als eine Möglichkeit dem Alltag für ein paar Augenblicke zu entfliehen. Kochen ist für mich Ausdruck meiner Kreativität, man kann neue Rezepte ausprobieren und alte Rezepte mit neuen Zutaten verfeinern und so etwas ganz Eigenes daraus machen. Wir fanden es wichtig auch unseren Schüler*innen diesen Spaß am Kochen mitzugeben und die Kinder und Eltern dazu anzuregen öfter miteinander zu kochen. Dazu kommt, dass Kochen ein kulturübergreifendes Mittel ist um Menschen aus allen Teilen der Erde zusammenzubringen. Ich selbst lasse mich gerne von neuen Gerichten aus fernen Ländern begeistern und versuche diese dann zu Hause nach zu kochen. Diese Begeisterung möchten wir Ihnen und Ihren Kindern mitgeben und Sie ermutigen, Ihre Kinder an dem ganzen Prozess des Kochens teilhaben zu lassen. So kann Kochen nicht nur ein Mittel zum Zweck der Nahrungsaufnahme, sondern eine Möglichkeit der Gemeinschaft und der kreativen Entfaltung werden.

Liebe Schüler*innen, es ist wirklich beeindruckend, wie viele von euch Spaß am Kochen haben und deswegen ihr Lieblingsrezept eingereicht haben. Ihr hattet so viel mit den Schulaufgaben zu tun und habt es trotzdem geschafft uns von eurem Lieblingsrezept zu erzählen und es mit euren Eltern aufzuschreiben. Deshalb bin ich sehr froh, dass wir eure Arbeit so belohnen können und dieses Buch für euch und alle die es interessiert drucken können. Auch ich habe natürlich ein Rezept beigesteuert und ich wollte euch kurz erzählen warum ich ausgerechnet dieses Rezept gewählt habe. Manche Gerichte verbindet man so sehr mit bestimmten Ereignissen, dass man sich immer wieder daran erinnert, wenn man dieses Gericht isst. So ist es bei mir mit Bratäpfeln. Seit ich mich erinnern kann, beginnt für mich mit Bratäpfeln die Weihnachtszeit. Für mich sind Bratäpfel mit leise rieselndem Schnee und Abenden an einem Lagerfeuer mit Punsch oder Kakao verbunden. Bratäpfel ermöglichen mir wie kein anderes Gericht besinnliche Ruhe und weihnachtliche Entspannung. Gönnst euch doch in der nächsten Weihnachtszeit einen kleinen Moment der Ruhe mit Mama und Papa und meinen Bratäpfeln! Viel Spaß beim Nachkochen!

Euer Herr Wilms



Liebe Schülerinnen und Schüler

Ich freue mich, dass es jetzt mit unserem interkulturellen Kochbuch losgeht. Viele von euch haben fleißig gemalt, geschrieben und zum Teil sogar das Rezept was ich euch geschickt habe nachgekocht (ich hoffe es hat auch geschmeckt). Apfelpfannkuchen ist das Lieblingsrezept meiner Schwester. Deswegen gab es das bei uns früher immer mindestens einmal pro Woche. Manchmal haben wir anstatt Äpfeln auch Kirschen oder Pflaumen genommen. Jetzt mit dem Kochbuch habt ihr die Möglichkeit nicht nur eure Rezepte zu sehen und auszuprobieren, sondern auch die Rezepte von vielen anderen Kindern, die in Krefeld wohnen. Das Buch zeigt, wie individuell ihr seid bzw. wie vielfältig ihr alle gemeinsam seid. Das Buch nimmt uns mit auf eine Reise durch verschiedene Länder unserer Erde. Von Vorspeise über Hauptgericht über Nachtisch ist alles dabei – lasst es euch schmecken

Für diejenigen von euch, die mich noch nicht kennen oder nicht mehr wissen, was ich überhaupt an der Schule mache hier eine kleine Übersicht:

Ich bin für dich da – bei allen Fragen und Problemen – ob in der Schule oder zu Hause, kommt vorbei!

- » Wenn du Streit mit deinen Freunden oder Eltern hast
- » Es dir nicht gut geht
- » Die Schule nervt
- » Du einfach mal mit jemand reden möchtest

Liebe Eltern, liebe Familien, liebe Interessierte,

seit 2020 gehöre ich zum Team der Kommunalen Zentralstelle für Beschäftigungsförderung der Stadt Krefeld. Als staatlich geprüfte Kindheitspädagogin mit einem Master in Psychosozialer Beratung kenne ich die Arbeit mit Kindern und ihren Familien im Grundschulalter gut. Eingesetzt werde ich in der Regenbogenschule. Die Aufgaben der kommunalen Schulsozialarbeit sind, wie bereits beschrieben, sehr vielfältig. Generell versuche ich zu helfen – egal ob klein oder groß.

Habt keine Scheu, euch bei uns zu melden!

**Bis hoffentlich bald
Eure Frau Köster**



Liebe Eltern, SchülerInnen und LeserInnen,

Mein Name ist Sarah Thiel und ich bin 21 Jahre alt. Ich studiere dual Soziale Arbeit bei der Stadt Krefeld. Für die Soziale Arbeit habe ich mich entschieden, weil ich schon immer gerne mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet habe. Das habe ich vor allem in meinem Bundesfreiwilligendienst und meiner Arbeit bei einer Ferienbetreuung bemerkt.

Aber Sozialarbeiter arbeiten nicht nur mit Kindern. Ich durfte auch schon Bereiche kennenlernen, in denen mit Erwachsenen und Senioren gearbeitet wurde. Besonders spannend an dem dualen Modell ist, dass Theorie und Praxis verknüpft werden und so viele Bereiche kennengelernt werden können.

Die Soziale Arbeit ist daher ein sehr vielfältiger Beruf. Innerhalb der Kom.ZFB bin ich momentan an der Mosaikschule eingesetzt. Vorher habe ich schon die Arbeit an einem Berufskolleg und in einem Gruppenangebot für Jugendliche erlebt – es bleibt also immer spannend!

**Viele Grüße
Sarah Thiel**

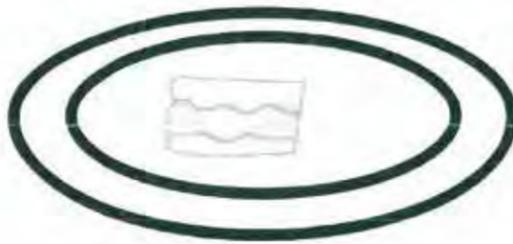


Bürek



Zutaten:

Mehl	Hähnchenfleisch
Salz	Schlagsahne
Wasser	Paprika
Käse	Pilze
Gouda	Gewürze



Zubereitung:

Mehl und Salz hinzufügen und mit Wasser mischen bis das ein Teig geworden ist dann in einer Pfanne mischen wir das Hähnchenfleisch mit Paprika, Gewürze, Salz, Käse Gouda, Pilze und am Ende das Schlagsahne wir lassen das 70 Minuten backen dann verteilen wir den Teig und füllen wir mit das Hähnchenfleisch das wir gemacht haben dann machen wir das Bürek und backen bei 200°C für 25 Minuten. Guten Appetit!

Trilece



Zutaten:

6 Eiweiß/6 Eigelb	
750g Mehl/700ml Sahne flüssig	
700ml Kondensmilch	
700ml Milch	
700ml Dessert Soße Karamell Ei Soße	

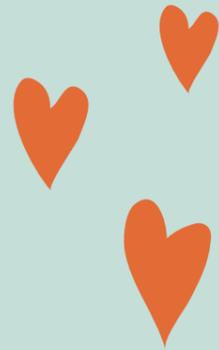


Zubereitung:

Die Eiweiße mit dem Handmixer kräftig schlagen dann den Zucker einsieben und weiter kräftig schlagen. Die Eigelbe geben dann wenig schlagen dann auf die Eiweiße setzen und unterkühlen das Mehl mit dem Rührbesen langsam unterkühlen. Das Ganze in die gefettete Springform geben und bei 150°C im vorgeheizten Backofen 20 Minuten backen. Nach dem Backen ein Backpapier auf dem Tisch legen und den Biskuit aus der Springform darauf stürzen. Die Sahne in Gefäß mit derselben Größe wie Springform gießen, den Biskuit langsam vom Backpapier in das Gefäß gleiten lassen.

Guten Appetit!

ALGERIEN



Tscharrak



Zutaten:

300g Mehl	150g Mandeln
100g Butter	50g Zucker
Prise Salz	1 Esslöffel Butter
Blütenwasser	Geriebene Zitrone
	Blütenwasser



Zubereitung:

Mehl in eine Rührschüssel geben,
Geschmolzene Butter dazu geben, mit
Prise Salz, füllen Blütenwasser, mischen
bis einen weichen Teig bekommen,
Lassen es für 30 Minuten auch Mandelpaste
Lassen 30 Minuten, bilden pellets mit
einem Gewicht von 20g auch Mandelpaste
12g, rollen einen Teig aus und legen die
Mandelkugeln und bilden eine Halbmond.
Bei geringer Hitze backen, nach dem
Herausnehmen aus dem Ofen mit Puderzucker
bestreuen.

Guten Appetit!



ÄTHIOPIEN



A0



Zutaten:

800g HÄNDCHENBRÜT

2EL MILCH

100g Kornflecks

SALZ

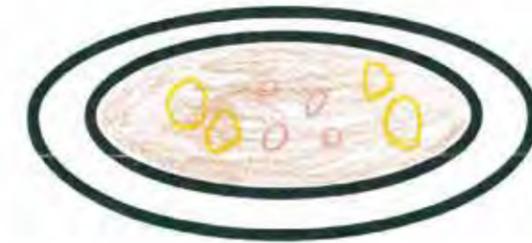
100g chips

Pfeffer

80g Mehl

5 EL ÖL

2 Eier



Zubereitung:

das Händchen in kleine stücke schneiden
die Kornflecks und die chips zerkleinern. Auf
einen großen Teller geben und in ein
tiefen Teller Milch und Eier zusammen
rühren und 3 Teller mit Kornflecks gemischt
die Händchen stücke erst in Mehl mischen
und dann in Eier und dann in die Kornflecks. Dann
werden die kleinen stücken Händchen werden
fretigt bis die gold braun werden.

Guten Appetit!

Schokoladen Waffel



Zutaten:

125g Weiche Butter - 1 TL Backpulver
100g Zucker 200 ml Milch
1 Pk. Vanillezucker
3 Eier
250g Mehl



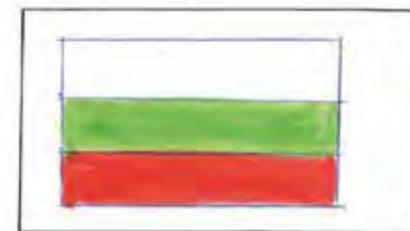
Zubereitung:

Ich mische meine Zutaten
Erstmal schlage ich meine 3 Eier
auf dann tuhe ich die in mein Topf
und dann tuhe ich 1 Packung
Vanillepulverzucker und danach
1 TL Backpulver 100g Zucker dann
rühre ich das ganze wieder dann
schüttele ich 200 ml Milch rein und
125g weiche Butter und als Letztes
250g Mehl dann rühre ich wieder
das ganze dann backe ich das

Fertig!

Guten Appetit!

Pirojki



Zutaten:

Mehl - 600g
Soda - 1 TL B. karbonat
Joghurt - 500g
Käse - 350g
Eier - 4 Stk
Öl zum Braten



Zubereitung:

Alles wird ohne Käse gemischt, kneten
und 5 Minuten ruhen lassen. Die resultierende
Kugel wird auf 2 verdoppelt. In 4 Stücke
schneiden und jedes wird wie eine mit
Käse gefüllte und gebratene Rolle gefaltet

Guten Appetit!



Reis mit MILCH

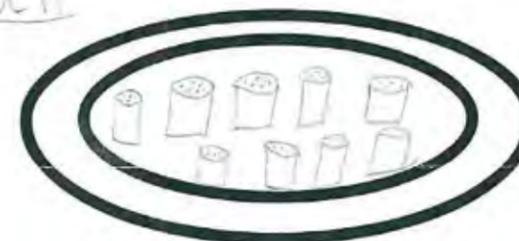


Zutaten:

250g. Reis
 600 ml. Wasser
 800 ml. Milch
 200 g. Zucker
 40g. Butter

2 P. bulgarische Vanille
 und Zimt

Mirvan



Zubereitung:

Waschen Sie den Reis gut und geben Sie ihn in einen Topf mit Wasser und Milch, um ihn bei schwacher Hitze zu kochen, bis der Reis aufgeht. Fügen Sie der Mischung aus Zucker, Vanille und Butter hinzu und gießen Sie den Topf mit dem fertigen Dessert zum Servieren in Tassen oder Schälchen. Das Dessert wird mit Zimt bestreut kann heiß und kalt gegessen werden.

Guten Appetit!

DEUTSCHLAND

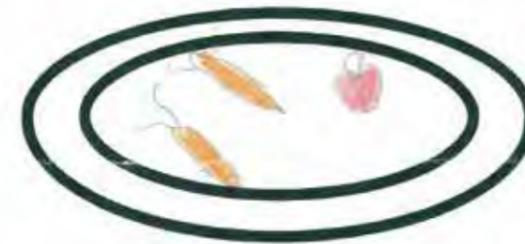


Apfelo



Zutaten:

- 50g Mohren
- 2 kleine Äpfel
- Saft von 1 Bio Zitrone
- 1 TL Rapsöl
- 1 Prise Zucker
- 4 EL Sonnenblume Kerne



Zubereitung:

Mohren schälen in 1-2 cm große Stücke schneiden. In einen Mixbehälter geben. Äpfel waschen, vierteln entkernen und zufügen. Zitronen Saft, Öl, Salz und Zucker zugeben und 20 Sekunden 'Stärke zerklüffeln' oder dreimal kurz die Turbo-Taste drücken. Die Sonnenblumenkerne vor dem Servieren über die Rohkost streuen.

Guten Appetit!

Schokosaufflee medium



Zutaten:

100g Butter	90g Zartbitterkuvertüre
80g Zucker	zur Deko
2 Eigelb	Puderzucker
2 Eier	Winterfrüchte
80g Mehl	Zimteisnack



Zubereitung:

Die weiche Butter mit dem Zucker schaumig schlagen. Eier und Eigelb nach und nach unterziehen, Mehl und geschmolzene Kuvertüre zugeben und in gebutterte Auflaufförmchen füllen. Förmchen schockfrieren (komplett durchfrieren lassen) und im gefrorenen Zustand im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad Ober/Unterhitze 15-16 Min backen. Sofort warm servieren. Der Clou dabei ist, dass der Schokakern flüssig ist. Dazu passt Zimteisnack, eingetragte Feigen oder andere Winterfrüchte.

Guten Appetit!

Pfannkuchen



Zutaten:

Eier	Nutella
Milch	Marmelade
Mehl	Ahornsirup
Ol	
Zucker	



Zubereitung:

Zuerst alle Zutaten in einer großen Schüssel alles vermischen. Dann mit einer Kelle kleine Portionen in die Pfanne geben und von beiden Seiten goldbraun backen.

Nach Belieben mit Nutella, Marmelade oder Ahornsirup bestreuen und genießen.

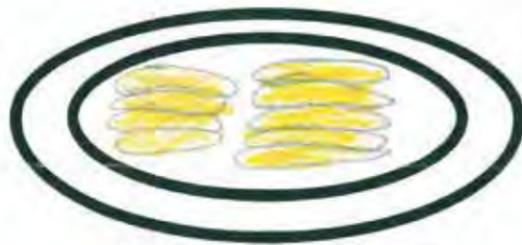
Guten Appetit!

Apfelpfannkuchen



Zutaten:

<u>150g Mehl</u>	<u>5 kleine Äpfel</u>
<u>50g Zucker</u>	<u>Zimt,</u>
<u>1 Prise Salz</u>	<u>Puderzucker,</u>
<u>2 Eier</u>	<u>Öl für die</u>
<u>100 ml Milch</u>	<u>Pfanne.</u>



Zubereitung:

Äpfel schälen, vierteln vom Kern befreien und in kleine Scheiben schneiden.
Mehl, Zucker, Eier, Salz und Zimt in Schüssel geben und verrühren.
Milch dazugeben und weiter verrühren.
So viel Milch hinzufügen bis der Teig flüssig genug ist. Öl in Pfanne erhitzen. Derweil Äpfel in Teig unterrühren.
Wenn Öl heiß genug ist, Teig in kleinen Küchlein backen. Auf jeder Seite 2-3 Minuten backen, bis der Teig goldgelb ist.
Pfannkuchen auf einen Teller anrichten und noch mit Puderzucker bestreuen.

Guten Appetit!

Milchreis



Zutaten:

<u>7L Milch</u>	<u>Salz</u>
<u>20g Zucker</u>	<u>250g Rundkornreis</u>
<u>abgeriebene Zitronenschale</u>	<u>Butter, Zucker,</u>
<u>oder Vanilinzucker</u>	<u>Zimt</u>



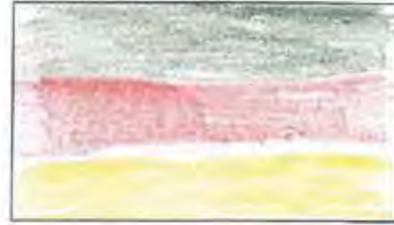
zoe

Zubereitung:

Milch, Zucker, Zitronenschale, Salz und Reis ankochen, 20 Minuten quellen lassen und etwa 15 Minuten in der Nachwärme fertigkochen. Etwas Butter bräunen, über den Reisbrei geben und mit Zimt und Zucker bestreuen.

Guten Appetit!

Schwäbischer Kartoffelsalat



Zutaten:

Kartoffeln	öl
Gurke	salz
Zwiebeln	pfeffer
Mayg.	
Essig	



Zubereitung:

Kartoffeln kochen bis sie weich sind. Dann die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Kartoffelscheiben in eine Schüssel geben. Gurke auch in Scheiben schneiden und zu den Kartoffeln geben. Zwiebeln klein schneiden und mit in die Schüssel geben. Dann etwas Öl, Essig und Mayg. dazu tun. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
fertig

Guten Appetit!

Maximilian



Sonntagswaffeln

Zutaten:

200g Butter	300g Mehl
75g Zucker	2 TL Backpulver
1 P. Vanillezucker	200ml Sahne
1 P. Pflanzl.	
6 Eier	



Zubereitung:

Die Butter mit Zucker, Vanillezucker und Salz cremig schlagen. Danach die Eier unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und mit der Sahne gleichmäßig unterheben. mit Sahne, Eis, Kirschen servieren

Guten Appetit!



Opas beste Pfannkuchen



Zutaten:

6 Eier

250gr Mehl

500 ml Milch

3 Äpfel

Öl für die Pfanne

Zucker zum

Bestreuen



Zubereitung:

Zuerst muss man Mehl in eine Schüssel tun.
Alle 6 Eier, dazu und die Milch auch. Jetzt
mit einem Mixer verrühren bis keine Klümpe-
chen mehr da sind. Die Äpfel schälen und
die Kerne ausschneiden. Dann in Ringe schneiden.
Zuerst: Öl in die Pfanne und anheizen.
Äpfel rein in die Pfanne tun und Teig
dadrüber gießen. Wenn eine Seite braun ist,
die Pfannkuchen umdrehen. Etwas braten lassen.
Rausnehmen servieren und mit Zucker bestreuen
wenn man mag.

Luca

Guten Appetit!

Ameisenkuchen



Zutaten:

- 150g Weiche Butter
- 1 Pck. Dri-Oet Kervani Vanillin-Zucker
- 2 Eier (Größe M)
- 150g Weizenmehl
- 85g Schokoladenstreusel



Zubereitung:

Butter oder Margarine in einer Rührschüssel mit einem Mixer & Rührstäbe geschmeidig rühren. Mach und mach Zucker und Vanillin-Zucker unter Rühren hinzufügen, bis eine gebräunte Masse entsteht. Jedes Ei etwa 1 1/2 Min. auf höchster Stufe mit Backmischer und auf mittlerer Stufe unter Rühren, streusen unter Rühren und dich die form Backzeit 7-10!

Guten Appetit!

Pizza



Zutaten:

- | | |
|-------------|----------|
| Hefe | Käse |
| mehl | Zwiebeln |
| öl | Tunfisch |
| | Sucuk |
| Tomatenmark | |



Zubereitung:

Teig wacksen lassen für 30 min
- 1 Stunde Teig im offenen Backen lassen für 3 minuten und dann belegen drauf.

Suphi

Guten Appetit!

Deutschland



Zutaten:

Pommes
Fleisch
Salat
öl
salz

pfefer
essig
zwiebeln



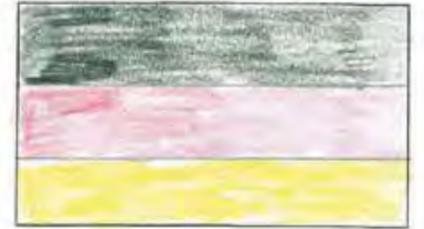
Zubereitung:

ich wasche den Salat
und Schneide ihn dann vermische
ich salz pfefer, öl, essig zwiebeln
zu eine Salat soße in der zwischen
zeit Schiebe ich die Pommes im
Offen so lange würze ich das
Fleisch mit salz und pfefer dann lege
ich das Fleisch in die Pfanne mit öl
danach hole ich die Pommes raus.

Von Jamie

Guten Appetit!

Darius
Waffeln



Zutaten:

250g Mehl
175g weisse Butter
3 Eier
1 Pack Vanillezucker
250ml Milch

50g Zucker
1 Pack Backpulver



Zubereitung:

Die Butter mit dem Zucker und dem
Vanillezucker cremig rühren.
Die Eier einzeln unterrühren.
Das Mehl mit dem Backpulver
vermischen.
Die Mehlmischung abwechselnd mit
der Milch unterrühren.
In eine Schöpfkelle auf ein vorgeheiztes
Waffeleisen geben.
Und goldbraun ausbacken lassen.
Nach Belieben mit Puderzucker
bestreuen. Dazu heiße Kirschen und/
oder Sahne servieren.

Guten Appetit!

Spaghetti Bolognese



Zutaten:

500g gehacktes 2 Fix Bolognese
1 Zwiebel 500g spaghetti
Salz
Pfeffer
2 EL Creme fraiche



Zubereitung:

1. Zwiebel in Würfel schneiden
2. Gehacktes anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. 500ml Wasser zugießen und Fix einrühren
4. ca. 5 Minuten köcheln lassen und 2 Esslöffel Creme fraiche zugeben.
5. Nachmal mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Spaghettis kochen.

Guten Appetit!

Bratäpfel



Zutaten:

Ein Apfel pro Person
Mandelsplitter
Rosinen
Honig oder Marmelade
Margarine

(Vanilleeis oder Vanillesauce)



Zubereitung:

Die Äpfel waschen und das Kerngehäuse herausstechen. Mandeln, Rosinen, Konfitüre und Zimt vermischen und mit einem Teelöffel in die Öffnung der Äpfel geben und mit einem Kochlöffelstiel hineindrücken.

Die Äpfel in eine gefettete Auflaufform setzen und auf jeden Apfel ein Margarineflöckchen geben. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft 175 °C) ca. 25 Min. backen.

Die Äpfel können dann mit Vanilleeis oder Vanillesauce serviert werden.

Guten Appetit!



Avocado



Zutaten:

1 Avocado

Olivenhöl

Pfeffer

Salz

1 Zitrone



Zubereitung:

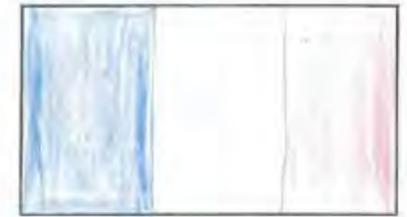
Die Avocado halbieren den Kern raus nehmen die beiden hälften in eine Schüssel geben 2) Ein Esslöffel, Bierscher Salz/ Pfeffer, 3) und zum schluss ein wenig Zitronen Saft 4) Dann nur noch umröhren.

Guten Appetit!

FRANKREICH



Sauces, Lyonnaise



Zutaten:

TEIG
90g Quark
45 ml Wasser
45 ml Öl
270g Mehl
10g Backpulver
Salz

Belag
200g Sauerrahm
1 EL
200g geriebener Käse
125g gewürfelter Speck



Zubereitung:

Alle Zutaten für den Teig
verrühren. Den Teig mit den
Händen zu einer glatten Kugel
kneten. Den Backofen auf 180°C
vorheizen.
Für den Belag, die
Zutaten verrühren.
Eine Springform Ø 28 cm gut
ein fetten. Den Teig in die Backform
verfeilen. Die Sauerrahm-Masse
darüber geben.
Die Quiche 45 Minuten backen.

ele Große Tü

Guten Appetit!

GRIECHENLAND



Caciki (tzatziki)



Zutaten:

500g Joghurt
2 Stück Knoblauch
1 klein Löffel Salz
2 klein Gurken
1 große Löffel Olivenöl



Zubereitung:

Zuerst schneiden wir die Gurken zu sehr kleinen
Stücken, den Knoblauch, Salz und Olivenöl in ein
Teller und die mischen sie darunter. Tut ihr
dann Joghurt in ein Teller dann legen sie
die Mischung in dem Joghurt für die Gurken
und mischen die zwei mischen lang. Da das
können sie können Olivenöl geben und ein Olivenöl
und servieren machen.

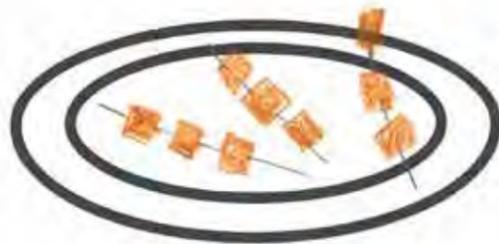
Guten Appetit!

Souvlaki Schweinefleisch



Zutaten:

Beize: 2 Zitronen	Salz, Pfeffer
20gm Weinessig	Fleisch:
Olivenöl	500g Schweinefleisch
1 Löffel Honig	Olivenöl
Oregano, Rosmarin	Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Wir vermischen alle Zutaten von der Beize in eine Schüssel. Wir schneiden den Fleisch in Würfeln.
Wir geben das Salz, den Pfeffer, das Olivenöl und vermischen.
Wir legen das in der Schüssel mit der Beize in den Kühlraum für mind. 3 Stunden. Wenn sie fertig sind stecken wir jeden Fleischwürfel in eine kleine ägensepize Holz. Wir grillen 5-6 Minuten jede Seite.

Elisavos

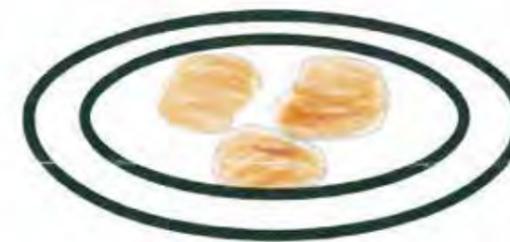
Guten Appetit!

Tiganites (Griechische Pfannekuchen)



Zutaten:

Für 20 Stücke	1 Päckchen Backpulver
250g Mehl	Öl für die Pfanne
250ml Milch	
2-3 Eier	
1 Prise Salz	



Zubereitung:

Die Zutaten in eine Schüssel geben und 3 min verrühren.
Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen.
Wenn das Öl heiß ist den Teig mit einem großen Esslöffel hineingeben. Nach einer Minute umdrehen und so lange backen bis sie goldbraun sind. Herausnehmen und auf ein Küchenpapier legen.
Zum Servieren Zuckern, Nutella und Honig servieren.

Kαλή όρεξη! Guten Appetit!



Gefüllte Weinblätter



Zutaten:

Weinblätter
Reis
Tomatensauce
Hackfleisch
Salz

Gewürze
nach jeher
wahl



Zubereitung:

Man mischt alle Zutaten
zusammen außer die Weinblätter.

Dann macht man die Füllung
in die Weinblätter und rollt
es zusammen.

Dann kocht man es.

Guten Appetit!

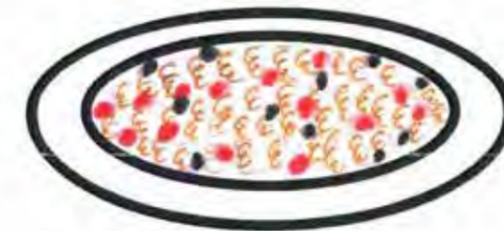


Nudel mit Tomaten



Zutaten:

200g Nudel 1 Prise Salz
100g Kirschtomaten 100g Schafskäse
1/2 Schuss Oliven _____
0,39l Schwarze Oliven _____
1 Prise Pfeffer _____



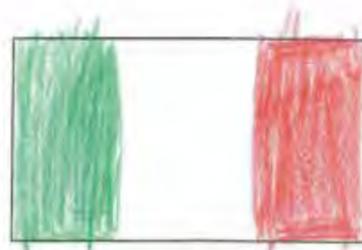
Zubereitung:

Zuerst kochen Sie die Nudeln.
In der Zwischenzeit erhitzen Sie das
Olivenöl in einer Pfanne braten danach
die halbierten Tomaten den
Schafskäse und die Oliven geben Sie
in die Pfanne die Nudel dazu
vermischen Sie
alles gut mit einander und schmecken
Sie das Ganze Guten Appetit.

Youssef & Samy

Guten Appetit!

Tortelli di Patate



Zutaten:

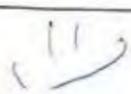
500g Mehl (000)	Milch zum Kneten
50g Zucker	
2 Salzkartoffeln	Öl zum Braten
7g Trockenhefe	Zucker zum Dekorieren
1 Ei	



Zubereitung:

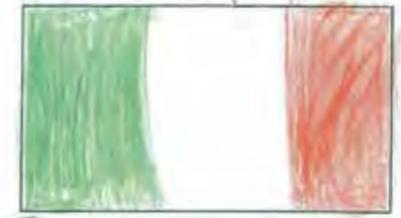
- 1/ Ordnen sie das Mehl auf einem Teigbrett, kombinieren sie alle Zutaten und kneten, Milch nach und nach hinzulügen.
- 2/ Erhalten sie ein einen glatten und homogenen Teig, bewahren bis es sich verdoppelt
- 3/ Dehnen sie den Teig, teilen sie in Zylinder mit ei runder ser von ca 1,5 cm, und schließen sie es zu einem runde (wie ein Döner)
- 4/ Noch 1 Stunde mit ein Tuch bedecken, und Ruhen,
- 5/ Die Tortelli im heißen Öl anbraten, abtropfen, noch heiß im kristall Zucker geben

Mia
..Italia



Guten Appetit!

Tortellini



Zutaten:

500g Tortellini	1 EL Öl
1 Zwiebel	Prise Salz
800g geschälte Tomaten	Prise Pfeffer
1 Tube Tomatenmark	

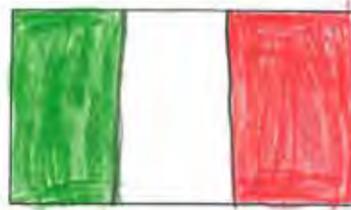


Zubereitung:

- Die Zwiebeln würfeln.
Die Zwiebeln in Öl anschwitzen,
Dann die geschälten Tomaten dazu geben,
Die leere Dose halb voll mit Wasser
füllen und hinzufügen. Alles ca.
einfestunde kochen lassen. Nun das
Tomatenmark dazu geben,
Die Tortellini in salzwasser
ca. 30 min kochen. Fertige
Tortellini mit der soße zusammen
geben und verrühren. Fertig

Guten Appetit!

LASAGNE



Zutaten:

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| 500g Hackfleisch | 300g di Carne |
| 1 Tomate große | 1 dose di Pomodoro |
| 1 Zwiebel | 1 cipolla |
| 1 Karotte und parmesan | 1 carota e Formaggio |
| Wenig schwarzer Pfeffer | poco pepe nero |



Zubereitung:

Die Zwiebel zusammen mit dem
Fleisch in einen Topf geben, dann
das Salz und ein wenig schwarzen
Pfeffer hinzufügen... dann die
gehackte Karotte hinzufügen...
zum Schluss die Tomate hinzufügen...

Guten Appetit!

Pizza



Zutaten:

- | | |
|-------------|-------|
| Teig | _____ |
| Tomatensoße | _____ |
| Käse | _____ |
| Salami | _____ |
| Olivenöl | _____ |



Zubereitung:

Teig aus Kneten
Dann Tomatensoße drauf tun
und Käse Salami und backen.

Guten Appetit!

Carbonara



Zutaten:

250 g Cnaghetti	Salz, Pfeffer
150 g Speck	Muskat
2 Eier	
200 ml Sahne	
80 g Parmesan	



Zubereitung:

1. Die Spaghetti erstmal kochen
2. Währenddessen braten wir den Speck.
3. Die Eier, Sahne und Parmesan verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
4. Die gebratenen Nudeln mit den 200er dann vermischen

Guten Appetit!

Pasta



Zutaten:

1 Packung Nudeln	Oregano
Hackfleisch	Basilikum
Tomatensauce	Rote Paprika
Zwiebel ganz viel	
Salz und Pfeffer	



Zubereitung:

1. Zuerst nehme ich eine Packung Nudeln und lasse sie kochen.
2. Ich lasse den Öl erhitzen, dann nehme ich die Zwiebel und die Paprika und schneide sie klein, danach nehme ich ein anderen Topf und tu sie da braten.
3. Jetzt Würstchen mit Salz, Pfeffer, Oregano und Basilikum.
4. Wenn die Nudeln fertig sind bereite ich mein Teller und tu mir Nudeln rein, dann nehme ich die Tomatensauce und gieße sie auf die Nudeln.

Guten Appetit!



Spaghetti Bolognaise



Zutaten:

Hackfleisch 1
Tomaten 2
Zwiebel 1
Sonnenblumenöl 1eisl.
Pfeffer

Salz
Basilikum
Spaghetti 1



Zubereitung:

1. Topf mit Wasser erhitzen
2. Spaghetti ins Wasser
3. Öl in einer Pfanne erhitzen
4. Hackfleisch anbraten
5. Tomaten klein schneiden und dazu geben
6. Mit gewürzen abschmecken
7. gekochte Nudeln auf einen Teller und Bolognaise Soße drüber geben
8. Ein bisschen Basilikum drüber streuen und fertig.

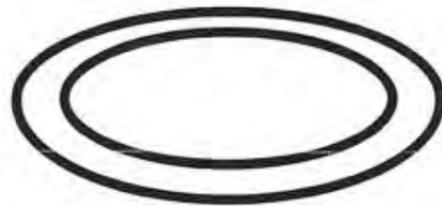
Guten Appetit!

NUTELLA-KEKSE



Zutaten:

300 GR MEHL 2 TEFELFEL
110 GR ZUCKER BALHULDER
50 GR BITTER KAKAO 10 GA BUTTER
1 BEUTEL VANILIN 1 NUTELLA
2 FRISCHE EIER



Zubereitung:

1) DIE ZUTATEN ZU EINEM TEIG
VORBEREITEN
2) MILCHEN SIE DEN TEIG IN
PLASTIKFOLIE UND LEGEN SIE IN
30 MINUTEN LANG IN DEN
KÜHLSCHRANK.

3) NEHMEN SIE DEN TEIG MIT
ETWA 2 MM DICK ZURÜCK SPANNEN SIE EIN
3 MM HOHES ROLL UND SCHNEIDEN SIE DIE KEKSE
4) GEBEN SIE EINEN TEFELFEL NUTELLA AUF
JEDEN KEKSE UND BESTREUEN SIE MIT
KAKAO PULVER GUT MIT
IHREN FINGERN

Guten Appetit!

1) DIE KEKSE AUF EINEM BACKBLECH
MIT PERGAMENTPAPIER ANRICHTEN DEN OFEN
AUF 180 GRAD VORHEIZEN UND 15 MINUTEN BEI
180 GRAD BACKEN.
2) AUS DEM OFEN NEHMEN UND MIT
VIEL BITTEREM KAKAO BESTREUEN
GUTEN APPETIT

Sizilianische Torte (Kuchen)



Zutaten:

Zutaten	MARSHMALLOW
Butter 120 gr	Kiefta 100gr
Mehl 200gr	Krauter Saft
Zucker 100gr	Zitrus 1, Minnenkern 1EL
Eier 3	Mandeln 100gr
	Zucker nach Belieben



Zubereitung:

1) Zerlegen Sie die butter in kleine Stücke und legen Sie
sie zusammen mit Mehl, 50 Gramm Zucker, Marshmallows
und Eigelb auf ein Holzbrotblech. Kneten Sie durch
alle Zutaten nieder zum kompakten und homogenen
Mischung erheben. Lassen Sie den Teig einige
Minuten im Kühlschrank und dann mit
3/4 der Zitrus eine gefüllte Kuchenform geben
und 15 Minuten im Ofen backen. In einer Schüssel
vanille mit dem restlichen Zucker, den Eiklar
den Marshmallows, dem Eigelb und den Marshmallows
Zitrusenmark zusammenkneten. Die Zitrusen mark schlagen
zum leichten Pflanzchen mit dem Marshmallows
Teig Streifen formen und in einem Netz über die Zitrusen
verstreuen, zusammen mit den Mandeln
Guten Appetit! →

Legen Sie alles für etwa 50 Minuten im eisenschrank
auf das bis es wieder mit gekühlt sind. Den Kuchen
kalt servieren, mit Zitrusen bestreuen und nach
belieben mit Schokolade bestreuen.

KOSOVO

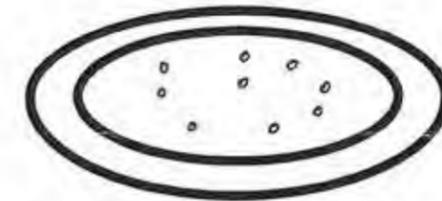


Pacha (Suppe)



Zutaten:

Hähnchenfleisch	Petersilie
150g Schmand	Mehl
1 Ei	5-6 Knoblauchzehen
Salz	
Pfeffer und Vegeta	



Zubereitung:

1. Hähnchenfleisch in ein Topf mit Salz, Vegeta und Pfeffer kochen lassen.
2. Nach 30 min den Fleisch aus dem Topf raus nehmen und kühlen lassen.
3. In der Zeit den Topf mit dem Hühnerbrühe auf mittlere Stufe weiter kochen lassen und die Knoblauchzehen reinpressen.
4. Als nächstes den Hähnchenfleisch mit den Händen in kleine Stücke zerreißen und Petersilie dazu geben dies muss ca 5 min kochen.
5. Als letzten in eine Schüssel ca ein Glas Wasser geben und den Mehl darin verrühren bis es eine cremige Masse entsteht.

Guten Appetit!

6. Dann den Joghurt, Ei und Schmand dazu verrühren.
7. Zum Schluss den Topf auf Seite legen und die Joghurt Masse in den Topf geben unter ständiges Rühren.
8. Dann für ca 1 min auf den ausgekochten Herdplatte aufkochen (nicht kochen lassen).

KROATIEN



FRITULE



Zutaten:

10 Esslöffel Mehl	1 Joghurt
1 Backpulver	1 Ei
1 Vanillezucker	2-3 Teelöffel Rum
ein bisschen Salz	
ein bisschen Zucker	

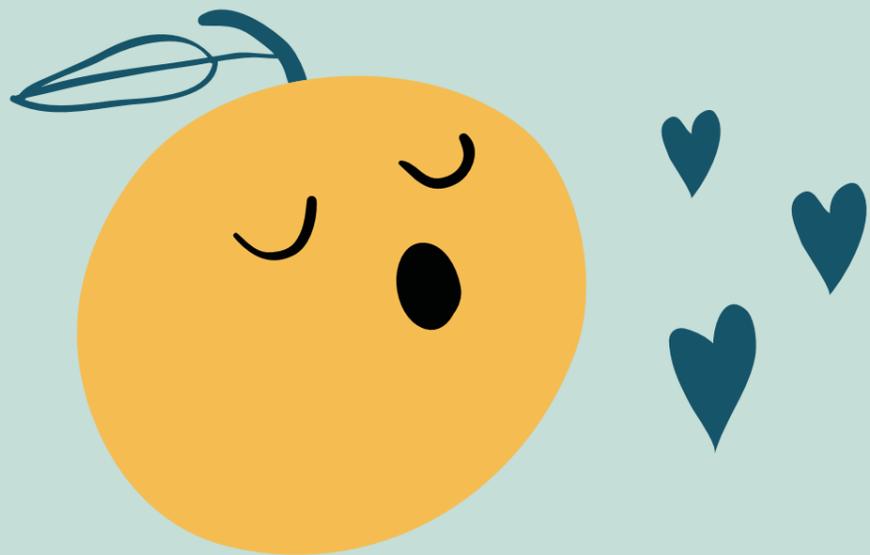


Zubereitung:

Mischen sie alle Zutaten zusammen.
10 Minuten stehen lassen. Dann in heißem
Öl goldbraun braten. Den gebackenen Fritule
mit Puderzucker bestreuen.

Guten Appetit!

KURDISTAN



Kurdistan

Mahir _____

Zutaten:

Geschälte Weizen _____

Joghurt _____

Knoblauch _____

Getrocknete Pfefferminze _____

Eis Würfel _____



Zubereitung:

2 Tassen geschälte Weizen mit ausreichend Wasser in einem Schnellkochtopf kochen.

Dann gut abkühlen lassen.

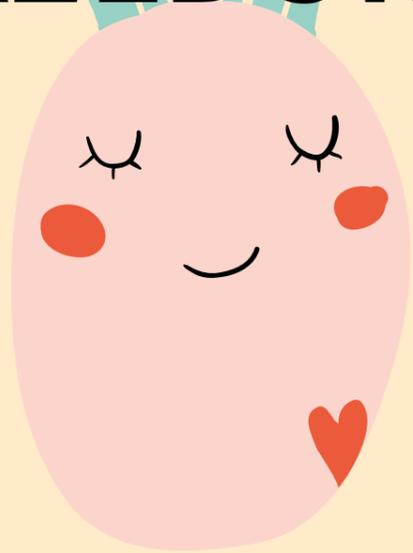
Jetzt kommt Joghurt, Knoblauch und Salz dazu dann gut mischen.

Schließlich kommt Eiswürfel und getrocknete Pfefferminze.



Joghurt, Knoblauch und Getrocknete Pfefferminze gut mischen.

NORD MAZEDONIEN

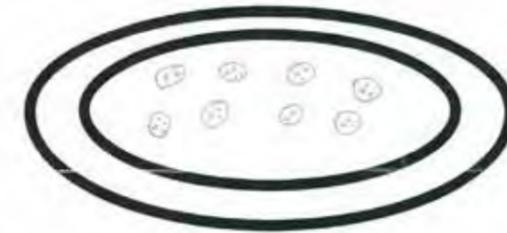


Kuchen



Zutaten:

500gr mehl	1 Backpulver
350ml öl	Dressing
150ml Bier	350gr Zucker
100gr gehackte Walnüsse	250ml Wasser
2 Löffel Zucker	1 Zitrone
	100gr Konserve



Zubereitung:

Die Mischung wird zu Teig verarbeitet. Bälle werden gemacht. 20 Minuten bei 200 Grad backen. Die gebackenen Kuchen werden im Belag geschwelen herausgenommen und dann im Konserve bestrichen.

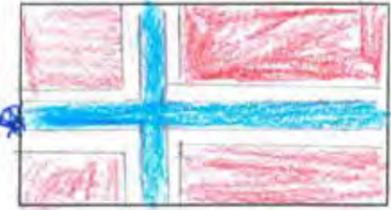
* Die Kuchen sollten kalt und der Belag warm sein.

Guten Appetit!

NORWEGEN



Lachs mit Kartoffelpurée



Eda

Zutaten:

500 gr Lachs	250 gr Kartoffelpurée
Rossmarin	500 ml Wasser
öl	200 ml Milch
Pfeffer	1 Esslöffel Butter
süßer Paprikapulver	Salz



Zubereitung:

Auf den Lachs auf ein Backblech legen. ~~Beim~~ Rossmarin, Pfeffer und süßer Paprikapulver zum Öl geben und auf den Lachs verstreichen. Bei 200 Grad Celsius in den Ofen schieben für 20-25 Min. Wasser im Kochtopf kochen & Salz, Butter und Kartoffelpurée dazu geben. Mehrmals umrühren und dann die Milch dazu geben. Lachs und Kartoffelpurée auf einen Teller servieren.

Guten Appetit!

PALÄSTINA



Al Msakher



Zutaten:

Ein kilo Hühnchen
Ein kilo Zwiebeln
Tannourbrot
Eine Tasse Olivenöl
3 Esserlufensumach

Salz:
Halbe Tasse Phienkorne



Zubereitung:

Wir braten das Huhn im Ofen.
Zwiebeln schneiden in würfel und in Olivenöl
an braten. Dann Salz und Sumach hier
Zufügen. Danach eine kleine Zwiebel
mit Olivenöl auf das Brot legen (4 Schichten)
Endlich legen Hühnchen auf Brot und
legen sie für 20 minuten in den Ofen

Cuteu Appetit!

POLEN



Schokoladenkuchen



Zutaten:

Butter 120 g	Mehl 250 g
Milkschokolade 75 g	1 Teelöffel Backpulver
braune Schokolade 75 g	100 ml Milch
3 Eier	2 Löffel Kakao
Zucker 200 g	bunte Streusel

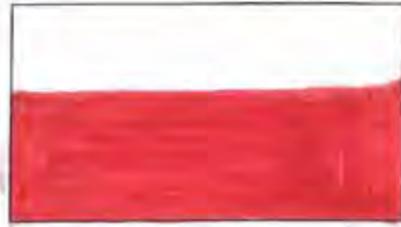


Zubereitung:

Die Butter und Milch mit brauner Schokolade auflösen. Zum Abkühlen beiseite stellen. Mahlen Sie die Eier mit Zucker, fügen Sie Mehl, Backpulver, Milch und Kakao hinzu. Dann fügen Sie weiche Butter und Schokolade hinzu und mischen alles zusammen. Füllen Sie die Kuchenform mit Butter ein und bestreuen Sie sie mit Grieß. Gießen Sie den Teig in ein Backblech und backen Sie ihn 30 bis 40 Minuten bei 180 Grad. Nach dem Abkühlen die Schokolade über den Kuchen gießen und mit Streuseln bestreuen.

Guten Appetit!

Pfannkuchen



Zutaten:

- 1 Tasse Weizenmehl
- 2 Eier
- 1 Tasse Milch
- 3/4 Tasse Wasser
- 3 Esslöffel Butter

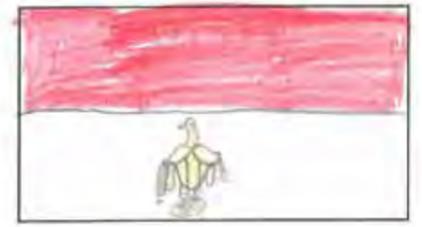


Zubereitung:

Mischen Sie alle Zutaten zusammen. In einer Pfanne braten. Mit Marmelade oder Zucker servieren.

Guten Appetit!

Kuchen



Zutaten:

- Butter
- Zucker
- Kakaopulver
- Backpulver
- Mehl
- Milch



Zubereitung:

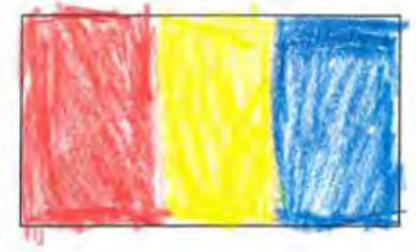
Nehmen sie eine Schüssel und da drin 250g geschmolzene Butter geben plus 5 Esslöffel Zucker in die Schüssel geben. Bis das Zucker geschmolzen ist mischen sie das weiter. Nehmen sie eine andere Schüssel gehen sie Mehl und Kakao. In die Schüssel mit dem Butter gießen sie ein bisschen heißes Milch hinein. Jetzt rühren sie den beide Schüssel zusammen und sie kriegen eine Masse nehmen sie hier eine Glas Schüssel und schneiden sie Backpapier so groß die Schüssel ist und geben sie Backpulver in die Masse rühren sie geben sie die Masse in die Glas Schüssel und abgeht in der Mikrowelle 4 Minuten laufen bis es fertig ist und bestreuen sie.

Guten Appetit!

RUMÄNIEN



Käsekuchen



Zutaten:

2 Teigblätter

Füllungs 50g

200g Zucker

100g Rosinen

Zitronen

Hüttenkäse

2 Eier

Vanille

schale



Zubereitung:

Mischen Sie die Zutaten
legen Sie ein Blatt Kuchen
auf die Füllung und dann
das zweite Blatt. Mit Ei
einfetten 30 Minuten bei
170 Grad

Guten Appetit!

Oreo Kucheln



Zutaten:

500 gr Oreo Feit kuchen unter Seite

100 gr Butter

Für Creme: 1200 ml

Schlagsahne

400 gr Schoko 40% Kakao

500 gr Mascarpone

200 gr Zuckerpulver

300 gr Oreo Kugeln

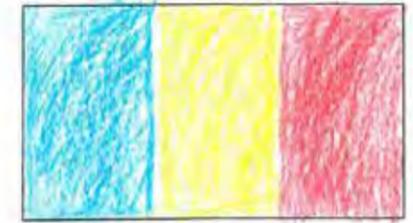


Zubereitung:

Wir brechen Kekse mit 100 gr Butter
legen in eine Pfanne und in Kühlschrank
Danach machen wir die Creme machen
wir 1000 ml Schlagsahne mit 200 gr Zucker
Danach 200 ml Schlagsahne in ein Topf mit
Schoko lassen wir bis ist am besten kalt
und legen wir Mascarpone danach mischen
wir mit Schlagsahne und legen wir 300 gr
oreo dran danach alles in Kühlschrank
für 6 Stunden

Guten Appetit!

Creme Brulee



Zutaten:

8 Eier

200 g Zucker

2 Beutel Vanillezucker

1 l Milch

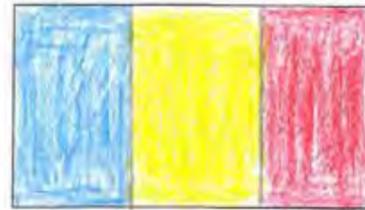


Zubereitung:

Den Zucker verbrennen und abkühlen
lassen die Zutaten mischen und an die
Luft gehen. Bei schwacher Hitze
stehen lassen.

Guten Appetit!

Himbeermousse



Zutaten:

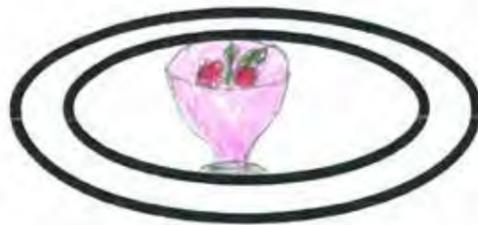
Zwei Eiweiße

300 Gramm Zucker

Himbeere 300 Gramm

der Saft einer halben Zitrone

Minzblätter



Zubereitung:

Mischen Sie das Eiweiß mit
dem Zucker, bis ein harter Schaum
entsteht. Fügen Sie die Himbeeren
hinzu und mischen Sie etwas mehr,
mit Minzblättern garnieren

Guten Appetit!



RUSSLAND



Aladuschki (russische Pfannkuchen)



Zutaten:

Mehl nach Bedarf,	Vanillinzucker,
4 Eier,	10 Esslöffel
1 Päckchen	Zucker, 1 Becher
Backpulver,	Buttermilch,
1 Päckchen	Öl



Zubereitung:

Die Eier mit einer Gabel verquirlen. Vanillinzucker und Backpulver hinzufügen und weiter schlagen. Die Buttermilch hinzufügen und den Zucker unterrühren. So viel Mehl unterrühren, dass ein dickflüssiger Teig entsteht. Den Teig löffelweise in eine Pfanne mit heißem Öl geben, wenn die Unterseite leicht gebräunt ist, die Aladuschki wenden und fertig backen.

Guten Appetit!

Sibirische Pelmeni



Zutaten:

Mehl Hackfleisch
Ei Zwiebeln
Wasser Pfeffer
Salz



Zubereitung:

1. Wir machen Teig: Mehl, Ei, etwas Wasser, Salz.
2. Zwiebeln fein hacken, Hackfleisch, Salz, Pfeffer verkneten.
3. Teig dünn ausrollen. Mit einem Glas 5 cm ausstechen. Auf das Formchen legen und die Mulden mit Hackfleisch befüllen.
4. Pelmeni in kochendes Salzwasser geben und 10 Min kochen.
5. Ich esse mit Schmand.



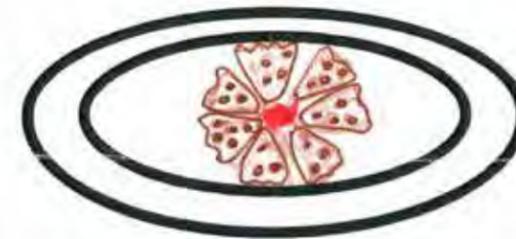
Guten Appetit!

Bliny (Pfankuchen)



Zutaten:

4 Stück Eier
200 g Milch
50 g Zucker
75 g Öl
1 Prise Salz



Zubereitung:

Alle Zutaten in den Mixtopf geben und auf Stufe 5 30 Sekunden vermischen. Wer die Pfankuchen nicht so süß mag, kann den Zucker reduzieren. Pfankuchen mit etwas Öl bepinseln und erhitzen. Pfankuchen von beiden Seiten goldbraun braten.

Guten Appetit!

SYRIEN



Alma

Tabulla



Zutaten:

Tomaten, Salat,

Petersilie, Bulgur

Zwiebel, Grüne Minze

Olivenöl, Salz und

Zitronensaft



Zubereitung:

Wir schneiden alle Zutaten in kleine Würfel und mischen sie zusammen und geben Salz, Olivenöl, Zitronensaft und Bulgur darauf. (Bulgur wird nach 15-minütigem Einweichen in warmes Wasser gegeben).

Guten Appetit!

Syrien



Nudel mit Joghurt

Zutaten:

- Joghurt
- Nudel
- Knoblauch
- Salz



Zubereitung:

Zuerst braucht wir bisschen wasser im Topf und dann die Nudel im Topf rein tun und nach 15 Min die Nudel raus holen ein Stück Knoblauch mit Joghurt reiben danach tun wir Nudel im Teller und dann die Soße darüber tun.

Guten Appetit!

Fleisch auf dem Teller



Zutaten:

- Lammfleisch 1kg
- 3 Tomaten
- 3 Zwiebel
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie
- rote Paprika (Gewürze)



Zubereitung:

1. Zwiebel, Tomaten und Petersilie in sehr hacken.
2. Dann das Fleisch putzen und mischen.
3. Danach geben wir Salz und schwarzen und roten Pfeffer.
4. und alle mischen zusammen.
5. wir verlagern es auf einem Backblech und stellen es dann eine Stunde lang auf 200 Grad.

Guten Appetit!

Nata



Zutaten:

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 0 Pizza | 5- Käse |
| 1- Mehl | 6- Paprika |
| 2- Salz | 7- Pilz |
| 3- Hefe | 8- Olive |
| 4- Tomatensuppe | 9- Wilder Thymian |



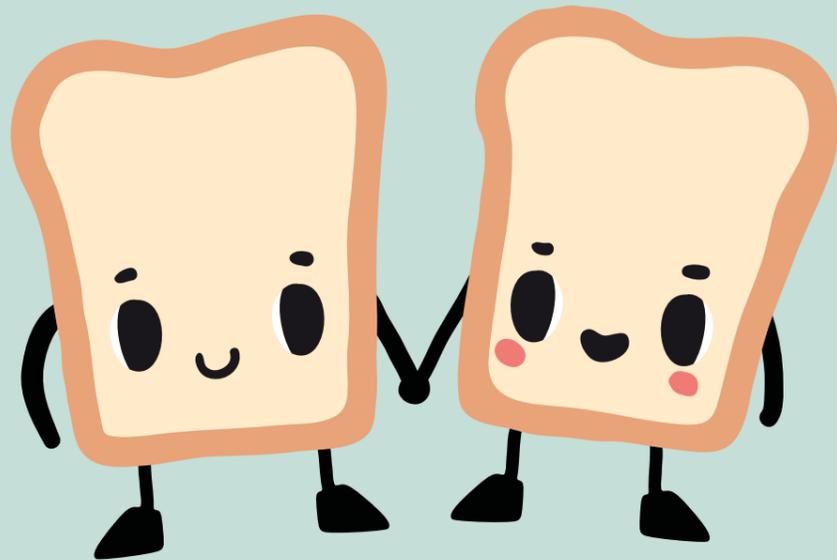
Zubereitung:

Wir bringen das Mehl und kneten
es mit Wasser, Salz und Hefe
lass sie darin eine Viertelstunde
lang stehen. Verdünnen es dann
kräftig den Teig und geben die
Tomatensuppe hinzu. Das ganze
kriegen die Pilze und die Oliven darauf und
infügen und legen sie es für eine
Viertelstunde in den Ofen.

Guten Appetit!



TSCHECHIEN



Natalie

Bretchen mit Sauce



Zutaten:

Gehäck: 3 Tassen halbgrobes Mehl
 3/4 Tassen warmer Milch
 4 Esslöffel Zucker
 4 Esslöffel geschmolzenes
 Herd, 1/2 Würfel

Hefe (20g), 1 Ei, eine
 Prise Salz, 1 Vanillezucker
 etwas Zitronenschale
 Sauce: 650 ml Milch
 1 Vanilleextrakt
 3 Esslöffel Zucker
 1 Esslöffel Rum



Zubereitung:

Die Hefe in eine Schüssel geben, mit 1 Esslöffel Zucker
 bestreuen, etwas Milch einrühren und die Hefe gelöst
 lassen. In einer Schüssel das Mehl mit einer Prise Salz
 mischen, den Rest des Zuckers und Vanilleextrakt
 hinzugeben. Kurze Zeit wie gewohnt kneten. Die Hefe
 und Milch hinzugeben, bis die Eier sichtbar
 sind. Machen Sie einen glatten Teig und lassen Sie ihn mindestens
 eine halbe Stunde lang ruhen. Nach dem Sauern
 lassen wie den Teig auf eine handliche Größe, orientieren
 ihn in einem kleinen Kreis, bestreuen Sie mit geschmolzenem
 auf ein gebackenes Backblech. Lassen Sie die Probleme bei
 200 °C gelblich backen. Sauce auf einen Teller geben.
 Nach 5 Minuten backen lassen. Backzeit (30 Minuten) nach
 dem Zucker und den warmen Aufguss der
 Milch auf einen Teller geben. *Guten Appetit!*

TÜRKEI



J Türkisch Mercimek Köfte Rote-Linsen-Frikadellen



Zutaten:

<u>10 Stängel Petersilie</u>	<u>30 gr Biber Salçası (Paprığa mark)</u>
<u>4 Stängel Minze</u>	<u>1 TL Salz, 30gr Öl</u>
<u>1 rote Zwiebel</u>	<u>1 TL Kreuzkümmel, 1 TL Chil</u>
<u>3 Frühlingszwiebel</u>	<u>120 gr Bulgur feir</u>
<u>200 gr rote Linsen</u>	<u>30gr Zitronensaft, Salat + Zitrone</u>



Zubereitung:

Petersilie, Minze, Zwiebeln alles zerkleinern
Rote Linsen mit 480 gr Wasser, Paprikamark, Salz
bei 100° Grad 16 min kochen. Danach Bulgur
dazugeben und 2 min weiterkochen.
Danach 20 min abgedeckt ruhen lassen
zerkleinertes Gemüse dazu geben + Öl
und Gewürze. Dann kleine Frikadellen
formen und auf einen Teller mit Salat
angerichtet drauf legen 1-2 Std kühlen.
Zum Verzehr einfach, Zitrone darüber
träufeln.

Guten Appetit!

Bulgur pilav (Pilav) (195)



Zutaten:

1 Paprika
1 Tomate
1 Zwiebel
1 Teller Tomaten Mark
1/2 halbes Glas Öl
2 Gläser, Bulgur weiß



Zubereitung:

Zwiebel mit Öl braten Tomaten und paprika
geschnitten und auch braten und danach wird
Bulgur hinzugefügt mit Tomatenmark und es
wird weiter gebraten 1 Teelöffel schwarzer pulver
und paprika pulver wird danach werden 2 Gläser
Wasser hinzugefügt und dan wird es langsam
langsam gekocht bis das Wasser weg ist

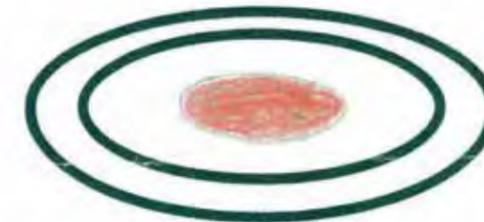
Guten Appetit!

Türkische Pizza



Zutaten: Für den Teig

1 kg Mehl
30g Hefe
ca 200l Wasser
1 Esslöffel salt
250g Hackfleisch
1 große Zwiebel
2 grüne Paprika
1 rote Paprika
Tomatenmark 2 Esslöffel
Salz, Pfeffer, Öl



Zubereitung:

Die Hefe in ein Rührschüssel mit Mehl machen
Wasser drangeben bis ein Teig gebildet hat
Und etwa halbe Stunde den Teig gehen lassen.
Die rote zubereitung mit Hackfleisch vorbereiten
eukas die Zwiebel klein hacken Paprika auch
auch klein hacken mit Tomatenmark mischen
Gewürze zum schmecken einfügen mit Öl mischen
und kleine Teigtabletten aufrollen und in form
bringen backblech zubereitung drauf
schmecken und in den Ofen geben backen
lassen paar Minuten

Guten Appetit!

Börek

DEUTSCH
TÜRKISCH

Zutaten:

- 2 Blätterteig
- 500g Hackfleisch
- Tomaten
- Blattspinat
- Schafskäse
- Pfeffer Salz
- Frische Minze
- Koriander
- Joghurt



Zubereitung:

- Hackfleisch schneif anbraten
- Tomaten hinzugeben + Spinat pödeln bis
- Kussigkeit weg + würzen + Koriander
- 1 Blätterteig auf Blech. Seiten einstreifen
- Masse aus Topf auf Blätterteig legen
- Schafkäse in Streifen drauflegen schließen mit
- 2. Tag

in Ofen für 15 Minuten goldbraun
180 Grad

- Joghurt mit frischer Minze anrühren
- Pfeffer + Salz gut rühren 30min ziehen lassen
- Servieren mit Gurkensalat

Börek in 4 Stück
DIP dazu

Guten Appetit!

Türkische Pizza



Zutaten: Für den Teig

- 1 kg Mehl
- 30g Hefe
- ca 200l Wasser nach
- Backtrieb 1 EL kaltes Salz
- 250g Hackfleisch
- 1 große Zwiebel
- 2 große Paprika
- 1 rote Paprika
- Tomaten mit 2 EL Joghurt
- Salz Pfeffer Öl



Zubereitung:

- Die Hefe in ein Büchsenbüchse mit Mehl rühren
- Wasser dazugeben bis sich ein Teig gebildet
- hat. Und etwa halbe Stunde den Teig gehen
- lassen. Die rote zubereitung mit Hackfleisch
- verarbeiten auch die Zwiebel klein hacken
- Paprika auch klein hacken mit Tomatenmark mischen
- Gewürze zum Schluss einfügen mit Öl
- mischen. Und sich schmeis kleine Teigbällchen
- aufrollen und in Runde form bringen
- Hackfleisch zubereitung drauf schmieren
- und in den Ofen backen lassen

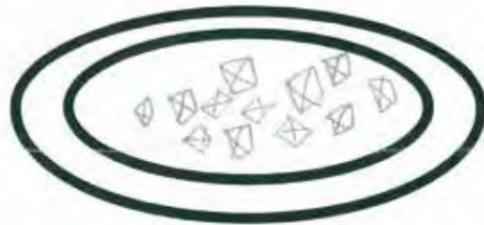
Guten Appetit!

Nimm
Manli



Zutaten:

1x Ei
250g M
1x Salz
1x Pfeffer
1x Zwiebel



Zubereitung:

Das Ei mit Salz und Pfeffer
Den Teig in zwei Hälften
in Quader schneiden
und zusammenrollen.
In Salzwasser aufkochen
geben.

Guten Appetit!

Gefüllte Weinblätter



Zutaten:

1 Pck. Weinblätter
1/2 kg Hackfleisch
1/2 kg Reis
2 Zwiebeln
3 EL Tomatenmark
2 TL Paprikaschoten (rot)
1 Bund Petersilie (Ölivenöl)
1 Becher Joghurt
1 Becher Sauerrahm
5 Stk Knoblauch/Salz/Pfeffer



Zubereitung:

Füllung: Hackfleisch in ein Beleg geben. Die Zwiebeln
in gehackter dazu geben. Reis waschen und zum
Hackfleisch geben. Tomatenmark Paprikaschoten und
gehackte Petersilie dazu Ölivenöl Salz Pfeffer dazu
vermischen. Weinblatt öffnen und mit der rauhen Seite
nach oben legen. Mit einem Esslöffel die Masse
verpacken. Nun das untere Ende nach oben einschlagen.
Das linke Ende des Blattes nach rechts, das rechte nach
links einschlagen. Nun aufrollen. Nun kommen
die Weinblätter in einen Topf mit heissem Wasser.
Auf geringer Hitze 1 Stunde leicht kochen lassen.

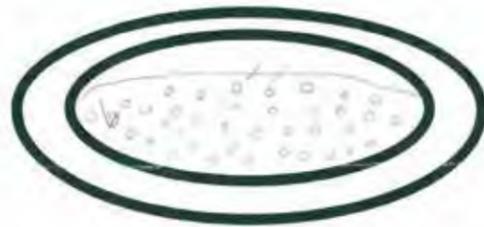
Guten Appetit!

Milchreis



Zutaten:

- 400 ml Wasser
- 100 g Reis
- 1 l Milch
- 2 Esslöffel Speisestärke
- 750 g Zucker
- 1 x Vanillezucker



Zubereitung:

Reis in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen. Mit dem Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Milch zugeben, aber etwa 50 ml Milch übrig lassen und diese mit der Stärke glatt rühren. Stärke-Milch, Zucker und Vanille zum Milchreis geben und bei höchster Hitze aufkochen. Lassen Hitze reduzieren und 75 Minuten köcheln lassen. Nun den Milchreis in Schälchen füllen.

Guten Appetit!

Türkischer Grießkuchen (REVANI)



Zutaten:

- 3 Eier
- 1 Glas Joghurt
- 3 El Öl
- 2 Gläser Mehl
- 2 Tassen Grieß
- 1 Glas Zucker
- 2 Packungen Backpulver
- 1 Zitrone (davon die Schale, gerieben)
- Für den Sirup: 5 Gläser Wasser
- 4 Gläser Zucker
- 3-4 Tropfen Zitronensaft



Zubereitung:

Als erstes bereiten sie den Sirup vor. Geben sie das Wasser und den Zucker in einen Kochtopf zu und lassen sie es ungefähr 10 Minuten kochen. Dann geben sie 3-4 Tropfen Zitronensaft zu und lassen es einige Minuten weiter kochen. Nehmen sie den Kochtopf vom Herd und lassen sie den Kochtopf vom Herd und lassen sie den Sirup abkühlen. Geben sie die Eier und den Zucker in eine Schale zu und mixen sie es mit dem Mixer. Geben sie den Joghurt, den Öl, den Grieß und etwas geriebene Zitronenschale zu und mischen sie es ordentlich. Dann geben sie den Backpulver und das Mehl zu und mischen es noch einmal. Gießen sie den Teig auf das mit Öl eingeschmiertes Blech und backen sie es bei 180 Grad vorgeheizte Ofen, bis es ihre Farbe annimmt.

Nehmen sie das Dessert vom Ofen und schneiden sie es. Als nächstes gießen sie den Sirup darüber. Guten Appetit!

Brownie



Zutaten:

4 Eier, ein Glas Zucker, 1.5 Milch, ein Glas
ein Glas Milch, ein halbes Zucker, ein halbes Glas
Glas Sonnenblumenöl, Sonnenblumenöl
50 GR. Kakao, 2 PCK. Backpulver, ein Glas Mehl + ein Esslöffel Mehl, 50 GR Kakao



Zubereitung:

Als erstes Zucker und die 4 Eier rühren, dazu noch ein Glas Milch, ein halbes Glas Sonnenblumenöl, 50 GR. Kakao, 2 PCK. Backpulver, ein Glas Mehl + ein Esslöffel Mehl und dann noch alles einmal gut rühren und ins Backblech zu geben. Zulezt noch in vorgeheiztes Backofen geben und in 180°C ca 25 Min backen. Bei der Sose: 1,5 Milch, ein Glas Sonnenblumenöl 50 GR. Kakao und alles rühren. Ganz am Ende kann man den Brownie mit der Sose servieren.

Guten Appetit!

Simit

MENÜ



Zutaten:

2x Hefe, 2 EL Joghurt
200gr Sonnenblumen Salz
400gr Milch 100gr Milch
200gr Wasser 1200gr Mehl
100gr Öl, 1 Ei gelb
Eigelb



Zubereitung:

Teig: 200gr Wasser mit Hefe Vermischen. 400 gr Milch, 200gr Öl, Salz 2 EL Joghurt, und Mehl dazugeben und ca 10 min Kneten. Bis der Teig

Doppel so groß ist.

Form: Ein Stück vom Teig in 4 Teile Eiler Mandarine nehmen und rollen so dass es wie ein Donut ein Loch in der

Mitte, 100 gr Milch, 100 gr Öl und 1 Eigelb in eine Schüssel geben und verrühren. Dann die Simits übergeben und auf ein Blech mit Backpapier legen im vorgeheiztem Ofen

bei 200° für ca 25 min. backen Guten Appetit!

Milchreis



Zutaten:

- 1/2 Tasse Rundkornreis
- 1 Prise Salz
- 2 Tassen Wasser
- 1 Teelöffel Vanillezucker
- 4 1/4 Tassen Vollmilch
- Zimt, gehoben
- 3/4 Tasse Zucker
- 3 Teelöffel Stärkemehl



Zubereitung:

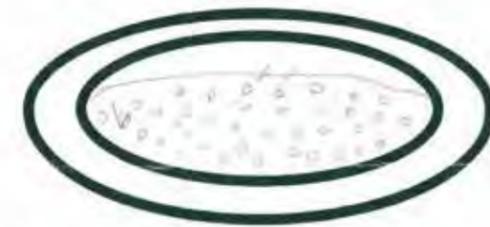
Guten Appetit!

Milchreis



Zutaten:

- 400 ml Wasser
- 750 g Zucker
- 100 g Reis
- 1 x Vanillezucker
- 1 l Milch
- 2 Teelöffel Speisestärke

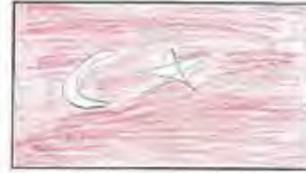


Zubereitung:

Reis in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen. Mit dem Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Milch zufügen, aber etwa 50 ml Milch übrig lassen und diese mit der Stärke glatt rühren. Stärke-Milch, Zucker und Vanille mit zum Milchreis geben und bei höchster Hitze aufkochen lassen. Hitze reduzieren und 15 Minuten köcheln lassen. Nun den Milchreis in Schälchen füllen.

Guten Appetit!

Türkische Pizza (Laktosefrei)



Zutaten: für 4 Portionen

für den Teig	500g Rindfleisch
500g Mehl, 1 TL Salz,	2 Zwiebel, 1 TL Kümmel,
1 PK Trockenhefe,	1 EL Paprika m.öl,
1 TL Zucker, 1/2 TL Wasser,	2 Tomaten, etwas Pfeffer,
	Salz, 100g Petersilie
	2 EL Olivenöl



Zubereitung:

1. Schritt: Das Mehl in eine Schüssel geben, was Müll hineinstreuen, die Hefe hineingeben. Den Zucker in etwa 1/2 Tasse hand warmen Wasser auflösen, zum Mehl geben, 2 EL Olivenöl zugeben.
2. Schritt: Das Salz darüberstreuen, mit etwas Mehl bestreuen. Die Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 15 Minuten ruhe lassen.
3. Schritt: Dann gut durchkneten, sollte der Teig nicht gelblich werden, nach etwa 10 Minuten ruhe lassen. Das Teigstück in 4 Teile teilen, von der Schüssel lösen, 10 Minuten ruhe lassen, bis 20 Minuten gehen lassen.
4. Schritt: Die Tomaten häuteln und in Würfel schneiden, die halbierten und etwas Paprika sowie die Zwiebeln würfeln.
5. Schritt: Das Rindfleisch in eine Schüssel geben, 1/2 TL Petersilie, 100g Petersilie, Paprika, Pfeffer, Salz und Pfeffer zugeben. Alles gut miteinander vermischen und salzen. Den Ofen auf 200°C vorheizen. *Guten Appetit!*

6. Schritt: Ein Backblech mit Backpapier auslegen, eine Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen, 1 cm dicke Teigstücke ausrollen und auf das Backpapier geben.
7. Schritt: Jeweils 1 Esslöffel von der Fleischmasse auf die Fladen geben und verteilen, dann ca. 15 Minuten im Ofen backen.
8. Schritt: Die heißen Fladen mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Petersilie bestreut zusammenrollen. Heiß servieren.

Menemen (Rührei)



Zutaten:

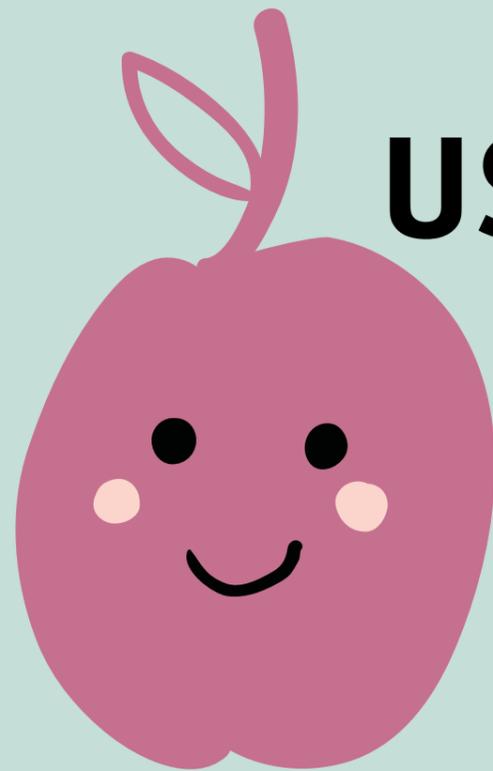
2 Tomaten
1 Zwiebel
1 grüne Paprika
1 Esslöffel Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer
4 Eier



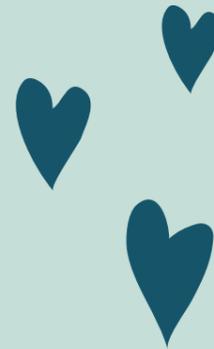
Zubereitung:

1. Tomaten, Zwiebeln und Paprika in sehr feine Würfel schneiden.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen.
3. Die Zwiebel einige Minuten darin anbraten.
4. Die Paprika hinzufügen und unter Rühren einige Minuten mit braten.
5. Die Tomate und alle Gewürze hinzufügen.
6. Bei schwacher Hitze weiter garen lassen bis die Masse dicker wird.
7. Eier unterrühren und sofort mischen.

Guten Appetit!



USA



Royal donuts



Zutaten:

190 g Milch	350 g Brotmehl
7 g instant-Trockenhefe	40 g Butter
3,5 g Zucker	1 packung Bueno
7 g Salz	1 packung Gittto
1 Ei	1 packung ferio Roche

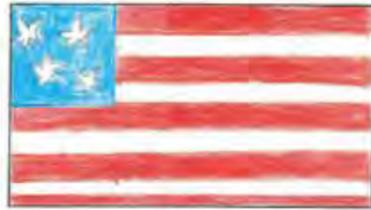


Zubereitung:

als erstes tut man Milch, instant-Trockenhefe, Zucker, Salz, Ei und Brotmehl in eine Schüssel und knetet es zu einem Teig. Man lässt es 10 Minuten ruhen und rührt später Butter dazu. Danach rührt es 1 Stunde lang aus. Nach der einen Stunde formt man den Teig in Kreise. Später wartet man das die Formen doppelt so groß werden. Nachdem die doppelt so groß geworden sind friert man diese im Öl in 185° Grad. Nach Geschmack aus verziert man diese mit Schokoladensauce und Schokolade.

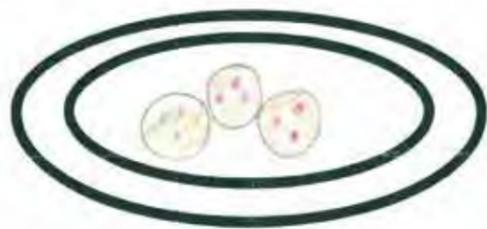
Guten Appetit!

Pancakes 10 Stück



Zutaten:

- | | |
|------------------------|---------------------|
| <u>250 g Mehl</u> | <u>175 ml Milch</u> |
| <u>1 EL Zucker</u> | <u>4 ml Etwas</u> |
| <u>3 TL Backpulver</u> | <u>Speiseöl</u> |
| <u>2 Eier</u> | |
| <u>1 Prise Salz</u> | |



Zubereitung:

Alle Zutaten mit einem Mixer
 verrühren. Etwas Fett in eine
 Pfanne geben und auf mittlerer
 Stufe erhitzen. 2 EL Teig in
 die Pfanne geben. Pancake ca. 2
 min unter ausbacken, dann
 wenden und von der anderen Seite
 ebenfalls solange ausbacken

Guten Appetit!

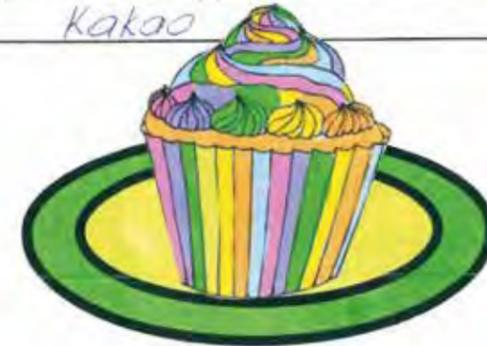
SCHOKOLADEN

- MUFFINS (VEGAN)



Zutaten:

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| <u>- 1,5 Tassen Mehl</u> | <u>- 1 Teelöffel Backpulver</u> |
| <u>- ein halbe Tasse</u> | <u>- Prise Salz</u> |
| <u> Rohrzucker</u> | <u>- 1 Tasse Sojamilch</u> |
| <u>- 4 gehäufte Esslöffel</u> | <u>- 1/3 Tasse Öl</u> |
| <u> Kakao</u> | |



Zubereitung:

Ich mische die trockenen Zutaten
 in einer Schüssel und die feuchten
 Zutaten in einer anderen.
 Ich kombiniere beide Mischungen
 mit einem Holzlöffel.
 In Muffinformen füllen und
 für 25-30 Minuten bei 180°C
 in den Ofen schieben

Fertig :)

Guten Appetit!

Schokomuffins



Zutaten:

250 Gramm Mehl
50 Gramm Backkakao
1 gehäuften Teelöffel
Backpulver
3 Eier, 150 g Zucker
150g geschmolzene Butter
125 Milliliter Milch
Ein Päckchen Vanillezucker



Zubereitung:

In einem Schüssel 250g Mehl, 50g Backkakao
1 gehäuften Teelöffel Backpulver
alle aufeinander vermischen & abschöpfen
Kauf für eine kleine Form große Rührschüssel
hernehmen, 3 Eier, 150 Gramm Zucker, 150g
geschmolzene Butter, 125ml Milch &
Päckchen in die Schüssel geben und mit
einem Mixer für 1 bis 2 Minuten schaumig
schlagen. Als nächstes nur noch die
Mehl Mischung dazu geben. Mit einem
Mixer für 2 bis 3 Minuten weiter rühren
bis alle Zutaten gut gemischt sind. In
Schüssel in die Schokolatenteile hineingeben
dann in
180°C über 15 bis 20
Minuten backen. Guten Appetit!



VIETNAM



Pho (Vietnamesische Nudelsuppe)



Zutaten:

Suppenfleisch vom Rind u. Rinderbein schneiden, Zwiebel 3x, langes Stück Ingwer 7 Sternanis, 2 Zimtstange, 2 schwarze Kardamom, 2 Nelken, Fischseele, Salz, zum servieren: Reisnudeln, Mungobohnensprossen, Lauchzwiebeln, Zitronen - Heiss - Saft, Koriander, Thai Basilikum, Chilli Saft



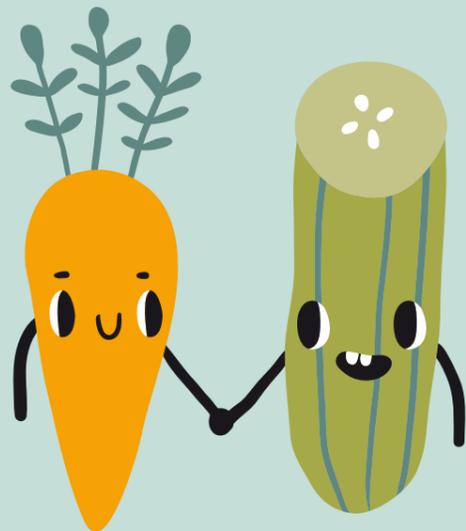
Zubereitung:

1. Rindfleischsuppe in einem Topf kochen lassen c. 5-10min. Damit der schmutz vom Rindfleisch sauber wird, danach weg schütten u. sauber machen das Fleisch. Fleisch wieder in großen Topf mit ca 5-6 Liter Wasser. Ca 3-4 eßl. Salz Zucker würzen. Warten das es koch, gewürze vorbereiten. Sternanis 2 Zimtstange 2 schwarze Kardamom, 2 Nelken und 3 große Zwiebel und langes Stück Ingwer. (Alle gewürze auf dem Herd in einer Pfanne grillen). Kann cell diese Gewürze in dem Suppentopf rein tun u. weiter kochen. Am ende kann man mit Fischseele nochmal nach würzen und abschmecken. 2. Reisnudel kochen nach Anleitung. Und jeht in eine schüssel servieren. Erst Nudel, dann Suppenwasser, Rindfleisch, Zitronenwasser bisschen ^{Hobin Saft} ~~Saft~~, Kräuter wenn man mag.

Guten Appetit!



AUS ALLER WELT



Kartoffelpüree + Fisch



Zutaten:

500ml Wasser

4g Salz

225ml Milch

Butter

Muskatnuss

4x paniertes Fisch

Pflanzenfett

Gurke

Salatsoße

Zitrone

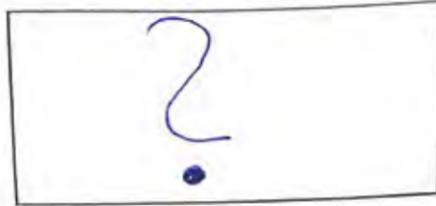


Zubereitung:

Den Fisch in der Pfanne anbraten.
Wasser mit Salz, Muskatnuss und Butter
aufkochen. Topf von der Kochstelle nehmen
und Milch und Kartoffelflocken unterrühren.
Gurke schälen und in Scheiben schneiden.
Salatsoße nach Belieben drüber kippen.
Zitrone in Scheiben schneiden und auf
dem Tellerrand servieren.

Guten Appetit!

Rührei 1 Portion



Zutaten:

2 Eier

50 ml Milch oder Sahne

2 Stängel Petersilie

1 Prise Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Die Eier in einen hohen Rührbecher aufschlagen und mit der Sahne verquirlen.

Petersilie waschen, trocken, Spitzen abzupfen und fein hacken.

Butter in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze zerlassen. Eiermasse dazugeben und ca. 20 Sekunden stocken lassen. Einen Holzlöffel vorsichtig von oben nach unten durch die Pfanne ziehen, so dass mehr von der flüssigen Eiermasse stockt. Ende

Guten Appetit!

Bananenmilch



Zutaten:

2-3 Bananen

1l. Milch

2 Eßl. Honig

3 Eiswürfel

Wer mag 1 Mandel

Haferflocken



Zubereitung:

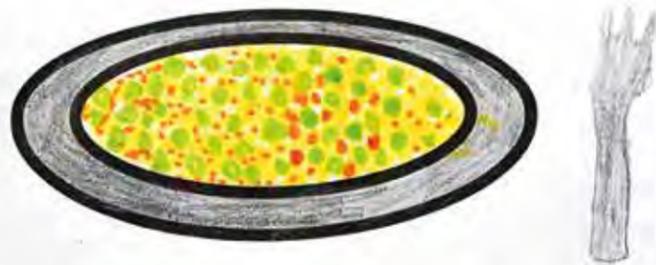
3 Eiswürfel, Bananen, Milch und Honig in einen Mixer oder eine Schüssel mit einem Zauberstab zerkleinern, bis alles schaumig ist. Wer mag noch Haferflocken dazu geben und fertig.

Guten Appetit!

Nudelsalat

Zutaten:

- | | |
|----------------------|--------------------------|
| 3 Eier | 1/2 Kringel Fleischwurst |
| Mayonnaise | 1 Bund Petersilie |
| 500g Nudel | |
| bischen Joghurt | |
| 1 Glas sauren Gurken | |



Zubereitung:

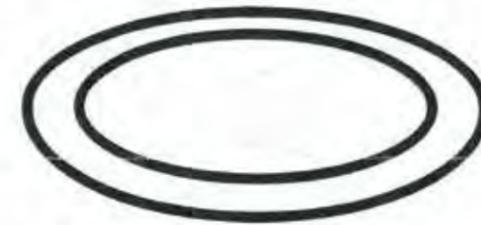
- 1 Eier kochen und
- 2 Nudel kochen
- 3 abkühlen lassen
- 4 In einer großen Schüssel Mayonnaise + Joghurt und kleingehackte Petersilie vermengen.
- 5 Nun Nudeln, gewürfelte Eier, Gurken Wurst dazugeben.
- 6 Alles gut vermischen.
- 7 Salz u. Pfeffer noch etwas dazu und fertig.

Guten Appetit!

Sweet Moussaka

Zutaten:

- | | |
|---------------------|----------------|
| 500g Mascarpone | 300g Himbeeren |
| 100g Zucker | 1 Tas Espresso |
| 3 st Eier | 2 EL kakao |
| 300g Löffelbiskuits | |
| 30g Amaretto | |



Zubereitung:

- Mascarpone, Eier und Zucker zu einer zarten Creme verarbeiten.
- Die Hälfte der Löffelbiskuits in eine große Auflaufform legen, mit der Hälfte des Espresso betröpfeln.
- Die Hälfte der Amaretto und der Himbeeren auf die Löffelbiskuits legen, dann mit der Hälfte Creme bedecken.
- Das Ganze mit der anderen Hälfte der Zutaten wiederholen, die Moussaka dann 2 Stunden kalt stellen.
- Vor dem Servieren mit dem Kakao pulver bestreuen.

Guten Appetit!



Zutaten:

- | | |
|---------|--------------------|
| Topf | Gewürze |
| Reis | Esigfarbe pinkgelb |
| Fleisch | Öl |
| Tomaten | Salz |
| Zwiebel | Rosinen |



Zubereitung:

Topf 2 Liter mit dem Reis hindurch. In Wasser
 in das Wasser Gewürze und Salz und
 1 Tomate Zwiebel. Jetzt das Wasser kochen
 ins Maggi Tomaten und Zwiebel dann wird
 das Fleisch gebraten. Nach dem gebraten
 mischen mit alles. Dann wird das pinkgelbe
 Reis

Guten Appetit!

20

Dud



Zutaten:

- | | |
|---------|--|
| brakoli | |
| dier | |
| salz | |
| sunne | |
| milch | |



Zubereitung:

Guten Appetit!

Muffins



Zutaten:

80 g Butter 100 ml Milch
200 g Mehl 3 Stk. Eier
1 Pk Vanillezucker
0,5 Pk Backpulver
100 g Staubzucker



Zubereitung:

Butter und Zucker in eine Rührschüssel geben. Gut rühren. Danach dazu Vanillezucker, Backpulver und Zucker geben und alles wieder gut zusammen rühren. Danach noch Milch und Mehl dazugeben und alles wieder gut rühren. Eier natürlich erst auch dazu geben. In eine Muffinblech mit Papiermuffinförmchen ausfüllen. Danach die Masse in Förmchen füllen. Bei ca. 180 Grad vorgeheizten Backofen bei Ober- und Unterhitze ca. 30-40 Min. (Mittlere Schiene) backen. Danach den Muffins aus dem Backofen nehmen und abkühlen lassen.

Guten Appetit!

Eierbrat



Zutaten:

Geschnittenes Brot
5 Eier
100 ml Milch
Salz
Öl zum braten



Zubereitung:

Die Eier aufschlagen. Milch und Salz dazugeben und rühren. Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Die Bratscheiben in die Eiermischung tunken und beide Seiten anbraten. Dazu Tomaten und Gurken servieren.

Guten Appetit!

Huhn mit Reis und Ei ala Oma



Zutaten:

1 Hähnchen	Öl
Salz	Brüherwürfel
2 Zwiebeln	Brühe
Wasser	4 Eier
500g Reis	



Zubereitung:

Hähnchen zerhacken. Ab kühlen lassen und dann zerkleinern. Eine gewürfelte Zwiebel in Öl mit dem Huhn braten. Die Hühnerbrühe aufheben. Dann Reis mit der Zwiebel glasig braten. Die Hühnerbrühe dazugeben, mit Salz abschmecken und gut kochen bis das Eiweiß runter geht und mit dem Fleisch zum Reis dazugeben. Umrühren. Fertig. Lecker. Jamjam. 😊

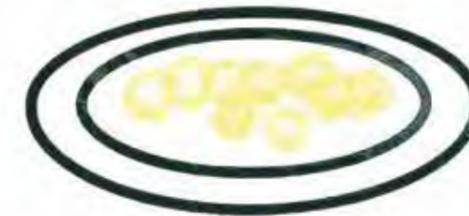
Guten Appetit!

Pizza-Schnecken



Zutaten:

1 Dicker Schmand	
150-200g Putenbrust	
100g Salami	
100g geriebenen Käse	
ggf. Eigelb	



Zubereitung:

Putenbrust, Salami in kleine Würfel bzw. Ringe schneiden. Den Teig ausrollen ohne zu brechen, alle Zutaten in der Schüssel mischen oder erst den Schmand auf den Teig streichen und dann die Restlichen Zutaten gleichmäßig darüber verteilen. Rollt den Teig dann von der langen Seite auf und schneidet ca. 3-4 cm dicke Scheiben vorsichtig ab und legt sie auf ein Backblech, welche mit Backpapier ausgelegt ist. Backe die Pizzaschnecken bei 180° Heißluft 15-20 Minuten.

Guten Appetit!

May

Spagetti mit Tomatensose



Zutaten:

Spagetti	Brühwürfel
Dosentomaten/frische Tomaten	Wasser
Mittel große Zwiebel	Pfeffer
Öl	Tomatenmark
Salz	



Zubereitung:

Die Mittel große Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Wärnd: dossen die Pfanne auf den Herd legen. Jetzt Öl in die Pfanne und die Zwiebelwürfel hinein geben. Nuh die Ziebel anbraten lassen und wenn die Zwiebelwürfel goldig sind etwas Tomatenmark hinzufügen und zusammen etwas anbraten. Als nächstes wenn sie fertig sind, die Dosentomaten/frische Tomaten hinzugeben. Anschließend in Stücke schneiden, Salz und Pfeffer hinein, als nächstes Einen Brühwürfel hinein geben und köcheln lassen. Kurz befor die Sose fertig ist noch Kräuter hinzu geben. Die Spagetti nach Gebrauchsanweisung kochen.

Guten Appetit!

Käsekuchen



Zutaten:

250gr. Maskarpone	150gr. Suprahmbutter.
100gr. Puderzucker	
400gr. Schlagsahne	
300/250gr. Butterkekse und Blaubeermarmelade	

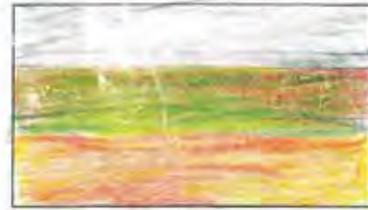


Zubereitung:

Die Kekse werden zerkleinert die Butter in eine Kuchenform geben und die geschlagene Mascarpone mit der Sahne und dem Puderzucker darüber gießen und 4:00 Uhr im den Kühlschrank stellen Dann über die Marmelade gießen und fertig zum Essen

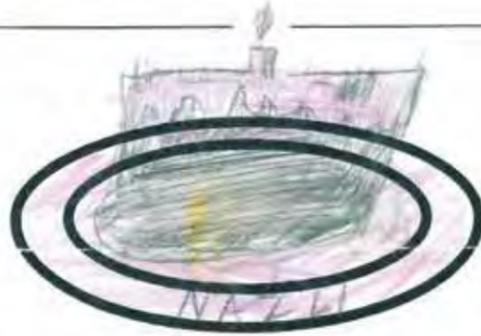
Guten Appetit!

Kuchen mit Schokolade



Zutaten:

— Zucker _____
— Butter Zucker _____
— Schokolade _____
— Eier _____



Zubereitung:

Zutaten wie Mehl, Butter, Zucker und Eier einfach zusammenschütten und schon hast du im Handumdrehen einen Kuchenteig den du problemlos in Form bringen kannst. Rührkuchen, Gugelhupf oder Muffins - Sei kreativ (200°C 10/15 Min)
Tipp: Mit Beeren, Nüssen oder Schokolade peppst du deinen Teig schon vor dem Backen auf.

Guten Appetit!

Fajita



Zutaten:

— Fajita Brot _____
— Mais _____
— Paprika _____
— Brustfilet _____
— Zwiebeln _____
— Knoblauch _____



Zubereitung:

Brustfilet und Zwiebeln mit Knoblauch anbraten. Wenn das Fleisch durch ist dann den Mais und die Paprika hinzugeben und nach Wahl was auch noch hinzugeben. Anschließend alles vermischen und in das Fajitabrot geben, um es anschließend zu toasten. Je nach belieben kann man es mit einer Soße hinzugeben (ggf. Mayo).

Guten Appetit!

Elenia

Nudeln mit Avocado



Zutaten:

Nudeln 200g	1/2 TL Chilliflocken
Avocado 1x	4 Blätter Basilikum
1 EL creme fraiche	ca 3 EL Olivenöl
1/2 TL Salz	2x Zehe Knoblauch
1/2 TL Pfeffer	



Zubereitung:

Nudeln kochen, Avocado entkernen und aushüllen und in ein Behälter geben. Restliche Zutaten zu der Avocado hinzufügen, dann alles püriert. Wenn die Nudeln fertig sind, wird die Avocado-creme untergerührt.

Guten Appetit!

Asia Nudeln



Zutaten:

400g asiatische Weizennudeln	2 Hähnchenfilets	1-2 EL Öl
dünne Bandnudeln	Pfeffer	150 tiefgefrorene Erbsen
Salz, 2 mittelgroße Möhren	4 Eier	4 EL Sojasoße
1 rote Paprikaschote	Cayennepfeffer	
1 Bund Lauchzwiebeln		



Zubereitung:

1. Nudeln in reichlich kochendem Salz wasser nach Packungsanweisung zubereiten. Abtropfen lassen.
2. Möhren schälen, waschen und in feine Streifen hobeln schneiden. Paprika und Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.
3. Hähnchenfilets waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden.
4. Öl im Wok oder einer großen Pfanne erhitzen. Filets darin rundherum 2-3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Gesamtes Gemüse, Erbsen und Nudeln zufügen und weiter 5 Minuten braten. Eier verrühren und über die Nudeln geben. Unter gelegentlichem Zusammenrühren und Wenden stocken lassen. Mit Sojasoße, Cayennepfeffer und eventuell Salz abschmecken. Nach Belieben Sojasoße extra reichen. Alles auf einer Platte anrichten.

Guten Appetit!

Aktionen der Kom.ZFB

So ein Kochbuch gab es noch nie bei der Kom.ZFB, aber auch sonst machen wir immer wieder tolle Aktionen für alle Kinder, Jugendliche und Familien in Krefeld.

Wir sind bei Stadtteilstesten dabei, planen Kunstaktionen im Viertel, kümmern uns um Sozialtrainings und denken uns Programme für Ferien aus...

Mit unserem bunt bedruckten ZFB-Mobil, einem Lastenrad, sind wir viel in Krefeld unterwegs. Es ist meistens voll bepackt mit Spieleangeboten, Flyern und anderem Infomaterial und das kleine gelbe Monster Niggels ist auch oft mit am Start.

Wir erforschen Kulturen, basteln, spielen, treiben mit euch Sport, werden kreativ, entdecken Krefeld, kümmern uns um die Natur oder bemalen auch schonmal eine Schulhofwand...

Die Fotos zeigen euch ein paar Einblicke in vergangene Aktionen! Krefeld ist bunt!

Wir sind
dabei!



Zusammen kann man tolle Dinge schaffen, die alleine viel schwieriger wären! Ihr Kinder habt zusammen fast 100 tolle Rezepte aufgeschrieben und gemalt, dafür ein riesiges Dankeschön!

Danke allen Kindern der Buchenschule, Grundschule Vulkanstraße, Johansenschule, Mosaikschule Standort Felbelstraße und Regenbogenschule!

Damit dieses Buch daraus werden konnte, hatten wir weitere tolle Hilfe und möchten uns hier ganz herzlich dafür bedanken!

Danke Schreiner Pascal Uebermuth dafür, dass wir in Deiner schicken, selbst gebauten Küche kochen durften! Wenn wir mal eine neue Küche brauchen, melden wir uns! ;-)

Danke Felix und seiner Familie für die super Apfelbaum-Location!

Danke Fotograf Andreas Bischof für die gute Zusammenarbeit und die gelungenen Fotos!

Danke dem Druckservice der Stadt Krefeld - Designerin Anika dafür, dass aus einem Stapel Rezepte dieses tolle Buch geworden ist! Und Druckprofi Roger dafür, dass wir es nun auch gedruckt in Händen halten können!

Danke allen KollegInnen der Kom. ZFB und diesmal insbesondere Kerstin, Claire, Joshua, Ayse, Anja, Nicole und Sarah für eure Bereitschaft immer wieder neue Ideen zu entwickeln und umzusetzen.



Impressum

Stadt Krefeld
Fachbereich Jugendhilfe und
Beschäftigungsförderung
Von-der-Leyen-Platz 1
47798 Krefeld

Information:
Laura Alofs
02151/863485
laura.alofs@krefeld.de

Layout
Druckservice der Stadt Krefeld
Anika Lethen

Gefördert durch Mittel für Integrationsmaßnahmen nach
§14c des Gesetzes zu Förderung der gesellschaftlichen
Teilhabe und Integration in Nordrhein-Westfalen





STADT KREFELD

KREATIV – INNOVATIV – WELTOFFEN

Stadt Krefeld
Der Oberbürgermeister
Fachbereich Jugendhilfe und
Beschäftigungsförderung
Von-der-Leyen-Platz 1
47798 Krefeld

www.krefeld.de