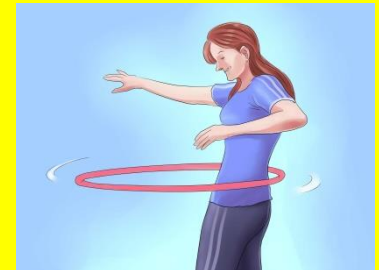


Beschäftigungsideen für Kinder und Jugendliche während der Corona-Zeit

3-6 Jahre:

- Perlen auffädeln
- Hula-Hoop-Reifen schwingen



6-11 Jahre:

- Kleister selber machen (eine Anleitung dafür und ein paar Idee was man damit machen kann, könnt ihr auf der nächsten Seite finden)
- Musik machen



ab 12 Jahre:

- Salat essen
- Gemüsefrikadellen selber machen (ein Rezept haben wir für euch auf der nächsten Seite vorbereitet)



Weitere Ideen findet ihr unter:
www.kigaportal.com
www.raetseldino.de

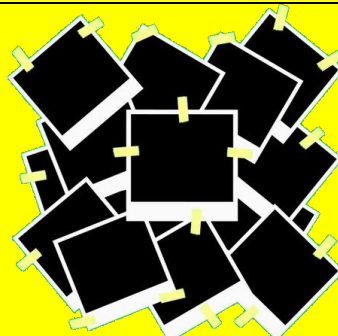
Scherzaufgabe des Tages:

Welche Bilder kann man nur im Dunkeln sehen?

Die Lösung erfahrt ihr morgen ☺

Lösung von Dienstag, den 21.04.2020:

Der Spaßvogel



Anleitung Kleister:

Du brauchst:

- 1 Liter Wasser
- 250g Mehl
- Einen Topf
- Einen Schneebesen
- Ein Gefäß zum Aufbewahren (z.B. ein leeres Schraubglas)

So geht's:

1. Fülle das Wasser in den Kochtopf und erhitze das Wasser.
2. Bevor das Wasser zu kochen beginnt, solltest du das Mehl mit dem Schneebesen einrühren. Am besten klappt es, wenn du das Mehl nach und nach dazu gibst und nicht alles auf einmal.
3. Lass diese Mischung nun kurz aufkochen, bis eine kleisterähnliche Konsistenz entsteht.
4. Lass den Kleister ein wenig abkühlen und fülle ihn in dein Aufbewahrungsgefäß. Schon ist er einsatzbereit!

Dinge, die du mit Kleister machen kannst:

- Leintuchgeister
- Pappmaché
- Schalen
- Kerzen mit Sand dekorieren

Viel Spaß! ☺

Rezept Gemüsefrikadellen:

Du brauchst: (für 4 Personen)

- 1 kg Kartoffeln
- 400g Möhren
- 500g Brokkoli
- 100g junger Spinat
- 150g Mehl
- 5 EL zarte Hefeflocken
- 3 Eier (Größe M)
- 6 Zweige Petersilie
- 100g Vollmilch-Joghurt
- 1 Kopfsalat
- Salz
- Muskat
- Pfeffer
- Zucker
- 6 EL Sonnenblumenöl
- 250ml Milch
- 50g Butter

Wenn du noch anderes Gemüse wie Mais oder Paprika in den Frikadellen haben möchtest, dann rein damit!



So geht's:

1. Kartoffeln schälen, waschen und grob in Stücke schneiden. Dann in einen Topf geben und zugedeckt in wenig kochendem Salzwasser ca. 20min garen lassen.
2. In der Zwischenzeit kannst du die Möhren schälen, waschen und würfeln. Brokkoli in sehr kleine Röschen vom Strunk schneiden und waschen. Gemüse in kochendem Salzwasser ca. 3min blanchieren. In ein Sieb gießen, sofort in sehr kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.
3. Als nächstes den Spinat verlesen, waschen, trocken schütteln und grob hacken.
4. Das Mehl, die Haferflocken, 5EL Wasser und Eier zu einem glatten Teig verrühren. Mit Salz und Muskat würzen. Gemüse unterheben und Frikadellenmasse ca. 10min quellen lassen.
5. Für den Salat die Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und, bis auf etwas zum Garnieren, hacken. Joghurt, 5 EL Milch und Petersilie glatt rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Salat putzen, waschen, trocken schütteln und in mundgerechte Stücke zupfen.
6. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Gemüsemasse darin portionsweise zu 8 Frikadellen braten. 200ml Milch erwärmen. Kartoffeln abgießen. Butter, warme Milch und etwas Muskat zufügen und stampfen. Püree mit Salz abschmecken. Frikadellen und Püree anrichten, mit Petersilie garnieren. Salat und Joghurtsoße mischen und dazu reichen.

Viel Spaß und guten Appetit! 😊