

Familienstützpunkt Wiesentheid



„So schmeckt Halloween“

Einmal im Jahr macht es so richtig Spaß, sich zu gruseln aber auch andere zu erschrecken: Halloween steht wieder vor der Tür! Neben Gespenstern und Fledermäusen gehört aber auch "richtig ekliges" Essen dazu. Anstatt bei anderen an der Tür zu klingeln und zu hoffen, dass man etwas abbekommt, was dann auch schmeckt, machen wir uns unser Halloween-Grusel-Menü einfach selbst! Da werden selbst Mumien zum Leckerbissen! Wir kochen mit Eltern und Kindern (3-8 Jahre) zusammen und essen anschließend gemeinsam. Mit Elke Römmelt, Diätassistentin und Ernährungscoach

Montag 25.10.21 15:30-17:30 Uhr In der Schulküche Nikolaus-Fey-Schule, Wiesentheid

Die Rezepte:

Knusprige Hexenfinger

15 Finger:

Puderzucker 65 g, und 115 g Butter schaumig rühren, 1 Ei und Vanille zugeben. 175 g Mehl, 1 Prise Salz und 1/2 Teel Backpulver nach und nach zugeben, bis ein Knetteig entsteht. Kurz kühlen.

1 EL Teig zu einer Kugel formen und zu einem Zeigefinger rollen. Fingerkuppen mittig eindrücken. Feine Linien für die Hautfalten einritzen, Für die Fingernägel eine Mandel eindrücken. Bei 160 Grad ca. 20 bis 25 Min backen. evt. mit roter Farbe dekorieren.

Mumienwürstchen 12 Stück

1 Packung Blätterteig/Pizzateig entrollen und in 0,5 bis 1 cm dicke Streifen schneiden. MiniWienerwürstchen oder ½ Würste mit Blätterteig umwickeln, dabei im oberen Viertel für die Augen frei lassen. Mit Milch und Ei bestreichen und backen, bis sie braun werden. Mayonnaise als Augen aufspritzen.

Gefüllte Mumien:

Kleine Paprika halbieren und Kerne herausnehmen. Mit 100g geriebenen Käse und 100 g Frischkäse verrühren, Paprika füllen und mit Pizzateigstreifen umwickeln und mit Ei bestreichen. Bei 170 Grad ca. 15 Min. backen. Mit Mayo Augen aufspritzen.

Darmauflauf 4 Personen:

Familienstützpunkt Wiesentheid



1 P. Pizzateig in 7 cm Streifen schneiden. 125 g Cherrytomaten waschen und vierteln, 80 g Mais abtropfen. Teigsteifen mit Pesto bestreichen, am Rand 1 cm frei lassen. Mittig Tomaten, Mais und 75 g Käse belegen. Teigstreifen zuklappen und andrücken, so dass ein Schlauch entsteht.

Auflaufform einfetten, Teigstreifen so hineinlegen, dass ein Darmmuster entsteht. Teile aneinandersetzen, so dass viele Schlingen entstehen. Auflauf ca. 20 Min. bei 170 Grad backen. Ketchup in die Zwischenräume spritzen als Deko.

Blutbowle 8 Personen:

300 g Himbeeren auftauen, mit 70 ml Holundersirup und 100 ml Wasser pürieren, evt. durch Sieb geben, um die Kerne zu entfernen.

Litschis aus der Dose abgießen, ein kleines Loch hineinstechen und 1 Heidelbeere als Pupille hineinstecken. 2 Augen auf ein Stab stecken. 8 Gläser mit Himbeerpüree füllen, mit 1 Liter Sauerkirschnektar und 1 Liter Sprudelwasser aufgießen. Augenspieße auf das Glas legen.

Bananengeister:

½ Banane auf einen Spieß stecken. Mit Kuvertüre Augen aufspritzen. Fertig.

Augenkekse:

45 g Zucker und 50g brauner Zucker mit 60 g Butter und 1 Ei schaumig schlagen. 100g Mehl, 1 EL Kakao und ½ TL Backpulver, 1 Prise Salz und 50 g Schokotropfen untermischen. kalt stellen. Kugel rollen, flach drücken und Zuckergussaugen 3-4 oder Smarties in den Keks drücken. Ca. 8 Min. bei 180 Grad backen.

Grusel-Muffins. 12 Stück

175 ml Orangensaft, 200g Mehl, 2 TL Backpulver, ½ TL Natron, 50 g Schokotropfen, 1 Ei, 120 g Zucker, 70 ml Öl.

Alles vermischen, in 12 Muffinförmchen füllen. Ca. 18 Min. bei 160 Grad.

Wenn sie ausgekühlt sind, mit weißer Kuchenglasur überziehen, bevor der Guß fest wird, einen Marshmallow mit Augen darauf setzen.

Grüner Smoothie 4 Gläser

3 Hände Feldsalat, 2 Äpfel, 1 Banane, 1 Avocado mit Zitrone und Wasser mixen. evt mit Karottensaft oder Rote Betesaft (als Blut) auffüllen.