

Rosinenbrötchen



Kombiniert mit saisonalen Zutaten, sind die Rosinenbrötchen das ganze Jahr über ein wahrer Genuss

Aus dem Buch



ZUTATEN

(für 16 Stück)



- 150 g Magerquark
- 6 EL Milch, 1,5 % Fett
- 6 EL Rapsöl
- 80 g Zucker oder Honig
- 1 Msp. Vanillepulver
- 2 Prisen Jodsalz
- 300 g Mehl (halb Vollkorn- und halb helles Mehl)
- 2 TL Backpulver
- 5 EL Rosinen








KÜCHENHELFER

- Backofen
- Küchenwaage
- große Rührschüssel
- Backblech
- Frühstücksmesser
- Rührlöffel
- Küchenmesser

Rezept: aus „Bärenstarke Kinderkost“, 14. Auflage, Verbraucherzentrale, 16,90 Euro, erhältlich unter <https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/baerenstarke-kinderkost>

SO GEHT'S



-  Den Backofen auf 200° C Ober-/Unterhitze vorheizen.
-  Den Magerquark mit Milch, Öl, Zucker oder Honig, Vanille und Salz verrühren.
-  Mehl und Backpulver zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig kneten.
-  Mit der Hand die Rosinen untermengen und den Teig zu einer Rolle formen. In 16 gleich große Stücke teilen und zu Brötchen formen.
-  Die Brötchen auf ein gefettetes Backblech legen und auf der mittleren Schiene 15-20 Minuten backen.

GEMEINSAM IST'S AM SCHÖNSTEN



Tipp für U3-Bereich: Auch schon die Kleinsten können den Quark mit den anderen Zutaten im ersten Schritt cremig rühren.

Wer bin ich? Mit allen Sinnen die Königin der Gewürze, d. h. eine Vanille-Schote, kennenlernen: nach dem Anschauen, Fühlen und Riechen gemeinsam das Mark mit stumpfer Messerspitze aus der längs aufgeschnittenen Schote kratzen, daran riechen und die Schote in einem Schraubglas in Zucker einlegen, um diesen zu aromatisieren und nach einer Woche zu verkosten (z. B. pur oder in Joghurt bzw. Quark eingerührt).

Impulsfrage: Wo und wie wächst eigentlich Vanille?

MIT VIELFALT DURCHS JAHR



Clever kombiniert: Mit frischem Obst der Saison als Ganzes oder in Spalten; ausgefallener wird's, wenn das Obst in Scheiben geschnitten, ergänzt durch eine Schicht des restlichen Quarks, als fruchtig-knackiger Brötchen-Belag angeboten wird.

Statt der Rosinen können auch **andere getrocknete Früchte**, z. B. heimische Sauerkirschen, Aprikosen oder Pflaumen verwendet werden – Tipp: große Trockenfrüchte in kleinere Stücke schneiden. Beim Mehl kann mit Weizen und Dinkel sowie dem Vollkornanteil variiert werden.

Bildnachweise: Rezeptbild von sommersprossen – stock.adobe.com | Icons: Eucalyp, shmai, Freepik, Mutualism (alle bei Flaticon.com), Vernetzungsstelle