

## Kräuterbrötchen selbst gemacht

### Zutaten:

- 500g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe (oder ½ Würfel frische Hefe)
- etwas Salz
- 2 EL Olivenöl (oder Rapsöl)
- ca. 150 ml Wasser
- frische Kräuter z.B. Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Bärlauch. . .

### Zubereitung:

- die Hefe in einer kleinen Schüssel mit einem Teil des lauwarmen Wassers auflösen und mit wenig Mehl verrührt als Vorteig warm stellen.
  - wenn man verschiedene frische Kräuter aus dem Garten oder gekauft hat, können diese erstmal mit dem Kind untersucht werden– wie sehen Petersilie, Basilikum . . . aus, wie fühlen sie sich an, wie duften und schmecken sie? Welche mögen wir am liebsten? Getrennt voneinander kann das Kind jetzt mit einer Schere die Kräuter in Schälchen klein schneiden.
  - In einer großen Schüssel das Mehl und Salz vermischen, eine Vertiefung machen. Dort hinein den Hefevorteig und das restliche warme Wasser geben und das Olivenöl über dem Mehrrand verteilen. Mit den Händen oder dem Rührgerät einen geschmeidigen Teig kneten bis dieser elastisch ist und nicht mehr klebt. Ggf. Etwas Mehl nachgeben.
  - Den Teig in so viele Teile teilen, wie man Kräuter vorbereitet hat. Das Kind kann jetzt helfen, die Kräuter in den Teig einzukneten. Der Teig muss nun an einem warmen Ort, zugedeckt ca. 30 Minuten gehen.
  - Wenn der Teig sich verdoppelt hat, schneidet man kleine Portionen heraus und formt ca. Tischtennisball große Kugeln, die auf eine mit Backpapier ausgelegtes Backblech leicht angedrückt werden. Durch Einritzen des Teiges entsteht beim Backen die typische Brötchenform.
  - Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad ca. 20–25 Minuten backen bis sie goldgelb sind. Noch warm mit Butter und Salz genießen und die unterschiedlichen Kräuterbrötchen verkosten. Guten Appetit! :-)
- => Tipp: Malt doch einmal gemeinsam mit Euren Kindern die einzelnen Schritte beim Brötchenbacken auf. Vielleicht kann so mit der Zeit ein gemaltes Koch- & Backbuch entstehen, mit dem die kleinen Köche dann mit Eurer Hilfe in der Küche aktiv werden können.