

KOMM MIT IRMA

IRMA

INS OSTERHASENLAND

SCHNITZ-ERLAND



MÖHRENSUPPE

DU BRAUCHST:

1kg MÖHREN

2 KARTOFFELN

1 ZWIEBEL

$\frac{3}{4}$ L BRÜHE (WASSER UND GEMÜSEWÜRFEL)

SALZ, PFEFFER

GEHACKTE KRÄUTER (Z.B. KRESSE

oder PETERSILIE

UND SO WIRD'S ZUBEREITET:

WASCHE, SCHÄLE UND WÜRFELE DIE KARTOFFELN. WASCHE UND SCHNEIDE DIE KAROTTE IN SCHEIBEN. SCHÄLE DIE ZWIEBEL UND WÜRFELE SIE. KOCH DAS GEMÜSE IN DER BRÜHE ETWAS 30 MINUTEN.

PÜRIERE DIE KARTOFFELN UND DIE MÖHREN. WÜRZE MIT SALZ UND PFEFFER UND BESTREUE DIE SUPPE MIT GEHACKTEN KRÄUTERN.



OSTERNESTCHEN AUS KRESSE

Kresse ziehen macht viel Spaß!
Du kannst diese auch in deinen liebsten
Ausstechförmchen (Herz, Hasen, Küken,
Osterei, Blume...) wachsen lassen.
Ziehe gleich mehrere Osternestchen.

Lege ein gut angefeuchtetes Küchenkrepp oder Watte unter die Ausstechformen, streue Kressesamen darauf und halte die Unterlagen immer gut feucht. Du wirst sehen, nach fünf Tagen ist die Kresse gewachsen. Auf die wunderschönen grünen Osternestchen kannst Du noch bunte Eier legen. Für jemanden, den Du sehr magst, ist so ein Kressenestchen bestimmt eine tolle Osterüberraschung!



SO WIRD DAS OSTERHASEN

SCHLÄMMERLAND

BÜFFET

KRESSEBROT

ZUBEREITET

BESTREICHE EINE SCHEIBE BROT MIT KRÄUTERFRISCHKÄSE UND STREUE KRESSE DARAUF.

MÖHRENCREME
FÜR DEN HOPPEL HASEN

DU BRAUCHST: 200g FRISCHKÄSE
150g MÖHREN

EVENTUELL ETWAS MILCH

UND SO WIRD'S ZUBEREITET :

GIB DEN FRISCHKÄSE IN EINE SCHÜSSEL UND RÜHRE IHN EVENTUELL MIT ETWAS MILCH CREMIG. WASCHE, RASPELE DIE MÖHREN UND GIB SIE ZUM FRISCHKÄSE. DIE MÖHRENCREME SCHMECKT AUF FRISCHEM BROT BESONDERS LECKER.



Du brauchst:

- 3 Karotten
- 1 Apfel
- 1 Teelöffel Zitronensaft
- 1 Esslöffel kaltgepresstes Öl
- 4 Esslöffel Apfelsaft
- Sonnenblumenkerne

KAROTTENSALAT à la Osterhäschen!

UND SO WIRD'S ZUBEREITET:
WASCHE DIE MÖHREN UND DEN APFEL. VERMISCHE IN DER SALATSCHÜSSEL ZITRONENSAFT, ÖL UND APFELSAFT. NUN RASPELE DIE KAROTTEN GANZ FEIN UND SCHNEIDE DEN APFEL IN KLEINE STÜCKE. VERMENGES ALLES MIT DER SALATSOßE UND STREUE SONNENBLUMENKERNE ÜBER DEN SALAT.



KNABBER = HÄSCHEN!

Du brauchst:
3 kleine Möhren

- ½ Salatgurke
- 8 kleine Cocktailtomaten
- 1 Kästchen Kresse
- 3 Scheiben Edamerkäse (etwa ½ cm dick)
- 2 Scheiben Fleischkäse (etwa ½ cm dick)
- Partyspießchen

Und so wird's zubereitet:

Wasche das Gemüse. Schäle die Möhren und teile sie in 5 cm lange Stücke. Schäle die Gurke und schneide sie in ½ cm dicke Scheiben. Mit kleinen Tier-Ausstechförmchen steche aus dem Käse und dem Fleischkäse Figuren aus. Die Figuren stecke mit Partyspießchen auf das Gemüse.
Wenn du Häschenförmchen nimmst hast du viele lustige Knabber-Häschen.



HERZHAFTE WAFFELN

Du brauchst:
100 g Butter
4 Eigelb
4 Eiweiß
250 g Mehl
30 g saure Sahne
Zucker und Zimt zum Bestreuen

Und so wird`s zubereitet:

Rühre die Butter schaumig, gebe Eigelb und Eischnee abwechselnd mit dem gesiebten Mehl bei. Füge die saure Sahne hinzu. Mische den Teig sorgfältig, bis er glatt und gleichmäßig ist und backe ihn in einem Waffeleisen.

Tipp: In den Teig kannst du 40 g geriebenen Käse mischen, dann hast du leckere, herzhafte Waffeln.

BUNTE EIER AUS FRISCHKÄSE



Du brauchst:
150 g Frischkäse
100 g Magerquark
Jodsalz
Pfeffer
1 Bund Schnittlauch
2 Esslöffel Sesamsamen
 $\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote

Und so wird`s zubereitet:

Verrühre den Frischkäse mit dem Magerquark und würze ihn mit etwas Salz und Pfeffer.

Wasche den Schnittlauch, schüttele ihn trocken und schneide ihn in Röllchen.

Röste den Sesam mit einer Prise Salz in einer Pfanne bei niedriger Hitze ohne Fett an und lass ihn abkühlen. Vorsicht: er verbrennt ganz schnell!

Schneide die Paprikaschote in der Mitte durch, befreie sie von den Kernen und Trennwänden und wasche sie. Würfele sie möglichst fein.

Aus der Käsemasse forme 20 ovale Kugeln, die aussehen wie Eier.

Wälze nun je ein Drittel der Eier in Schnittlauch, Sesamsamen und gewürfeltem Paprika. Fertig ist der Brotaufstrich.

Du brauchst:

1 Liter Buttermilch, $\frac{3}{4}$ Liter Orangensaft
 $\frac{1}{4}$ Liter Karottensaft

Und so wird`s zubereitet:

Die Buttermilch mit dem Orangensaft und Karottensaft vermischen.

