

## Altes Kindergedicht

Wir wären nie gewaschen  
und meistens nicht gekämmt,  
die Strümpfe hätten Löcher  
und schmutzig wär´ das Hemd.

Wir äßen Fisch mit Honig  
und Blumenkohl mit Zimt,  
wenn du nicht täglich sorgtest,  
dass alles klappt und stimmt.

Wir hätten nasse Füße  
und Zähne schwarz wie Ruß  
und bis zu beiden Ohren,  
die Haut voll Pflaumenmus.



**Muttertag**  
**13. Mai. 2007**

Hauptgedanke des Muttertag ist es heute, einer lieben Person zu danken, deren tägliche Arbeit und Engagement von uns im Alltag zu schnell als selbstverständlich empfunden und vergessen wird. Der Muttertag ist ein internationaler Feiertag. Er hat sich seit dem 20. Jahrhundert in der westlichen Welt eingebürgert. Im deutschsprachigen Raum und vielen anderen Ländern wird er am zweiten Sonntag im Mai gefeiert. Im England des 13. Jahrhunderts wurde der Sonntag Laetare als „mothering sunday“ begangen, an dem man der Mutter Kirche für ihre Mutterschaft dankte und in Folge dessen auch der leiblichen Mutter Dank entgegen brachte. 1644 soll dieser Tag erstmalig urkundlich erwähnt worden sein.

Wir könnten auch nicht schlafen  
wenn du nicht nochmal kämst,  
und uns bevor wir träumen  
in deine Arme nähmst.

Und sind wir dir auch alle  
so manchmal eine Last -  
kannst doch nicht ohne deine Kinder -  
bist froh das du uns hast!



**Das Beste an mir, ich hab's  
von dir!** (Peter Rosegger)



In Deutschland wurde der Muttertag 1922/23 schließlich durch den Verband Deutscher Blumengeschäftsinhaber etabliert. Mit Plakaten in Schaufenstern („Ehret die Mutter“), kleineren Werbekampagnen und Veranstaltungen bis hin zu Muttertagspoesie wurde dem ersten deutschen Muttertag am 13. Mai 1923 durch den Geschäftsführer Rudolf Knauer der Weg bereitet. Schon 1933 wurde der Muttertag ein offizieller Feiertag. In der ehemaligen DDR wurde der Muttertag nicht gefeiert, stattdessen der Internationale Frauentag am 08. März begangen.



KreislandFrauenverband Paderborn - Büren

## Liebe geht durch den Magen

**...an Muttertag und anderen Tagen**

Die Küche - am Muttertag - ist nicht der Platz der Mutter. An diesem Tag ist sie Platz der Kinder. Kochüberraschungen machen der Mutter Freude. Schön wenn die Küche dann am Abend wieder aufgeräumt und sauber ist.

**Kinder mögen´s frisch & fruchtig!**

**Kinderküche kommt an!**



## Leckere Herz - Brötchen

**Zutaten für 10 Herzchen:**

250 g Mehl, 100 ml Milch, 10 g Hefe, 25 g Zucker, 24 g Butter und 5 g Salz  
Als herzhafte Brötchen wird der Zucker weggelassen und 1 Teelöffel Pizzagewürz, Speck oder Käse in den Teig gearbeitet.



**Zubereitung:** Das Mehl in eine große Schüssel sieben und Salz darauf streuen. Eine Mulde drücken und die Hefe hineinbröckeln, mit 1/3 der Milch verrühren. Etwas Mehl darüber streuen und zugedeckt an einem warmen Platz 15 Minuten gehen lassen, bis sich an der Oberfläche Risse zeigen. Mehl, Hefeansatz, die restliche Milch und die Butter zu einem Teig durcharbeiten. Etwa 10 Minuten kräftig weiterkneten, bis der Teig elastisch ist und nicht mehr klebt. Zugedeckt an einem warmen Platz erneut etwa eine Stunde ruhen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat. Dann den Teig etwa fingerdick ausrollen, Herzchen ausstechen und auf ein Backblech legen. Die Herzchen werden mit ein wenig Eiermilch bestrichen, man kann sie auch noch mit Mohn oder Sesam bestreuen.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen, die Herzchenbrötchen bei etwa 170 °C ca. 15 Minuten backen.

# Kinderleicht und lecker!



## Quarkbrötchen

**Zutaten:** 200g Mehl, 50 g Vollkornmehl, 2 Tl. Backpulver, 125 g Quark, 5 EBl. Öl, 4 EBl. Zucker, 1 Prise Salz, evtl. 2-3 EBl. Milch

## Pikante Quarkbrötchen

**Zutaten:** 200g Mehl, 50 g Vollkornmehl, 2 Tl. Backpulver, 125g Quark, 5 EBl. Öl, ½ Tl. Zucker, 1 gestr. Tl. Salz, 40g gewürfelten Schinken, 15 g Röstzwiebeln, evtl. 2-3 EBl. Milch

Zunächst das Backpulver unter das Mehl mischen, dann aus den übrigen Zutaten jeweils einen Teig herstellen. Eine Rolle daraus formen und in 12 Teigstücke teilen. Aus den Teigstücken Brötchen rollen und sie auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Die Brötchen bei 180 Grad ca. 20 min. backen.

## Ailloli - Brotaufstrich aus Ei

**Zutaten:** 4 Knoblauchzehen, 200g Mayonnaise, 2 Eier (hart gekocht) in Scheiben, 1 EBl. Zitronensaft, Salz, 1 Prise Zucker und Cayennepfefer nach Geschmack.

Alle Zutaten miteinander verrühren. Die gehäuteten Knoblauchzehen pressen in die Eiermasse geben und gut unterrühren. Den Brotaufstrich abschmecken.



## Hackfleischtorte

**Zutaten - Teig:** 125 g Quark, 4 EBl. Milch, 4 EBl. Öl, 1Ei, 1 Tl. Salz, 250 g Mehl, 1 Pck. Backpulver, 2 EBl. Schnittlauch,

**Zutaten - Belag:** 30 g durchwachsenen Speck, 1 Zwiebeln, 1 EBl. Öl, Knoblauch nach Geschmack, 300 g Rinderhack, 2 Dosen Tomatenmark, Pfeffer, Salz, Oregano, 150 g Cocktailtomaten, 100 g Lauch, 50 g Creme Fraiche

Zunächst einen Quark-Öl-Teig herstellen. Quark mit Milch & Öl glatt rühren. Ei & Salz unter den Quark rühren. Mehl mit Backpulver und Schnittlauchröllchen mischen und unter den Quark kneten. Teig in eine leicht geölte 24er Springform legen, mit bemehlten Händen flach drücken und einen hohen Rand formen. Speck & Zwiebeln würfeln. In einer Pfanne Öl erhitzen und beides andünsten. Frisch gepressten Knoblauch zufügen. Rinderhack dazu geben und anbraten. Tomatenmark unterrühren. Würzen mit: Pfeffer, Salz & Oregano. Hack mit Sauce auf dem verteilen. Cocktailtomaten halbieren und auf der Hackfleischtorte verteilen. Lauch in sehr feine Ringe schneiden und auf die Torte streuen. Creme Fraiche glatt rühren und in Klecksen zwischen den Cocktailtomaten verteilen. Hackfleischtorte im vorgeheizten Ofen bei 200° auf mittlerer Schiene ca. 20-25 Minuten backen. Hackfleischtorte anschließend noch mit frischem Basilikum bestreuen.

## KreislandFrauenverband Paderborn - Büren

## Gemüsesticks mit Dip (oder Obst-Käsespieße mit Dip)

(Lecker zum Frühstück oder als Vorspeise für 4 Personen)

Gemüse putzen, in lange Streifen schneiden, auf einer Platte oder in Cocktailgläsern Portionsweise anrichten. Zu den Sticks 3 Dips servieren!



**Zutaten:** 500 g frisches Gemüse, zum Beispiel: Fenchel, Staudensellerie, Möhren, Paprika, Rettich, Kohlrabi, Gurke, Brokkoli-/ Blumenkohlröschen - aldenete gekocht. Weitere Zutaten siehe Dip-Rezepte.

**Bärlauchdip:** Ca. 6. Blätter frischen Bärlauch fein schneiden und mit 250 g Quark, 150 g Joghurt, 2 EBl. Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen.

**Thunfisch - Dip:** Eine kleine Dose Thunfisch im eigenen Saft, 1 Becher Crème fraîche, 1 halbe Zwiebel, mit fein gehackter Petersilie, etwas Knoblauch, frisch gemahlener Pfeffer und Salz nach Geschmack verrühren.

**Käsedip:** 250g Frischkäse, 50g Mayonaise, 3 EBl. Saure Sahne, Salz, Pfeffer, 2 Tl. Paprika, 2 Tl. Curry, je 1 El. gehackte Petersilie, Dill, Schnittlauch & Kresse vermengen.

**Scharfer Dip:** 1 Teil saure Sahne, 1 Teil Joghurt, nach Belieben: Kresse, Pfeffer, Salz, scharfer Senf, Gurke, Chillisoße oder Tomatenketchup, Currypulver, Lauch und Salz.

**Meerrettich-Dip:** 1/8 l Creme Fraiche, 1 Becher Joghurt, 2 EL Magerquark, Saft von 1 Zitrone, 1 Tl. Zucker, frisch gemahlener Pfeffer, 3 EL geriebener Meerrettich, 1 geschälter säuerlicher Apfel geschält und fein gerieben, oder 3 EBl. Apfelmus vermengen.

**Kräuter – Dip:** 1 Hand gemischte fein gehackte frische Kräuter (z.B. Schnittlauch, Petersilie, Bärlauch, Pimpinelle, Basilikum...(oder TK-Kräutermischung)) 250 g Magerquark, 2 EBl. Sahne, 1 Knoblauchzehe, ½ TL Salz, 2 Msp. Pfeffer verrühren und abschmecken.



## Apfelsalat

**Zutaten:** 4 große süß-säuerliche Äpfel, 2 EBl. Zitronensaft, 200 g Emmentaler, 200 g rohen Schinken, 10 Walnüsse.

**Marinade:** 3 EBl. Crème fraîche, 3 EBl. Trinkmilchjoghurt, 1 Tl. Senf, 1 Tl. geriebener Meerrettich, 2 EBl. Apfelessig, 1 Pr. Zucker, Honig, Salz, weißer Pfeffer, Petersilie

Äpfel waschen, abtrocknen, halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Sofort in der Schüssel mit dem Zitronensaft mischen. Käse in Streifen schneiden, den Schinken klein würfeln und mit den grob gehackten Walnusskernen unter die Apfelstreifen mischen. Creme fraiche mit Joghurt, Senf und Meerrettich verrühren, Apfelessig zugeben, abschmecken mit Salz, Pfeffer, Zucker und unter die Salatzutaten heben. Nochmals abschmecken, 20 Minuten ziehen lassen, nachwürzen und anrichten.