

ANNE-KATRIN WEBER

BACKEN FÜR KINDER

Was kleine Krümelmonster lieben

KÜCHENRATGEBER



G|U



Mit kostenloser App zum
Sammeln Ihrer Lieblingsrezepte

ANNE-KATRIN WEBER

BACKEN FÜR KINDER

Was kleine Krümelmonster lieben

KÜCHENRATGEBER



GU



Mit kostenloser App zum
Sammeln Ihrer Lieblingsrezepte

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

MIT DER GU KOCHEN PLUS-APP WIRD IHR KÜCHENRATGEBER INTERAKTIV

So einfach gehts: Sie brauchen nur ein
Smartphone und eine
Internetverbindung



1. APP HERUNTERLADEN

Laden Sie die kostenlose GU Kochen Plus-App im Apple App Store oder im Google Play Store auf Ihr Smartphone. Starten Sie die App und wählen Sie Ihren Küchenratgeber aus.



2. REZEPTBILD SCANNEN

Scannen Sie das gewünschte Rezeptbild mit der Kamera Ihres Smartphones. Klicken Sie im Display die Funktion Ihrer Wahl.



3. FUNKTIONEN NUTZEN

Sammeln Sie Ihre Lieblingsrezepte. Speichern und verschicken Sie Ihre Einkaufslisten. Oder nutzen Sie den praktischen Supermarkt-Finder und den Rezept-Planer.



BACKE, BACKE KUCHEN

Haben Sie auch so schöne Kindheitserinnerungen an das gemeinsame Backen? Ich durfte glücklicherweise schon früh zu Hause in der Küche helfen – auch wenn ich sicherlich oft keine allzu große Hilfe gewesen bin –, habe mit Hingabe Teig gerührt, Plätzchen geformt, ausgestochen und mit buntem Zuckerguss verziert. Egal wie das Ergebnis aussah, ich jedenfalls war mächtig stolz und zufrieden – und geschmeckt hat es mir auch immer!

Heute sind es meine beiden Kinder, die mit Begeisterung Brownies backen, Hefeteig kneten oder eine Torte verzieren. So gerne wir auch zusammen in der Küche werkeln und so sehr ich mich über ihre Backfortschritte freue, eine Ausnahme gibt es: Am Abend vor ihrem Geburtstag darf keiner in die Küche kommen. Denn der Geburtstagskuchen soll schließlich eine Überraschung sein – so war es schon, als ich noch

ein Kind war, und so ist es auch in meiner Familie
Tradition.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Backen für und mit
Ihren Kindern!

Anne-Latin Weber



BACKEN FÜR KINDER: KINDERLEICHT!

Ihr Kind präsentiert Ihnen am liebsten etwas Selbstgebackenes aus dem Sandkasten? Dann ist es höchste Zeit, dass Sie sich mit ihm in der Küche auch an echte Zutaten wagen!

Backen macht glücklich – Backen für Kinder erst recht! Nichts geht doch über staunende Kinderaugen, über ein begeistertes »wie lecker!« aus dem Mund Ihres Sprösslings oder gleich der ganzen Kindergeburtstagsrunde. Wie wäre es, Sie beziehen die Kleinen ins Backen mit ein? Suchen zusammen das Rezept aus, auf das Groß und Klein gleichermaßen Appetit haben? Und erobern dann gemeinsam die Küche?

Mit ganz kleinen Kindern ist das noch schwierig, wobei Teig schlecken dann doch überhaupt das Größte ist. Hier heißt es: Alles wirklich gut vorbereiten, bevor Sie

gemeinsam ans Werk gehen! Damit die Geduld der Kids nicht überstrapaziert wird, stellen Sie schon alle Zutaten und Gerätschaften bereit. Denn gerade bei den Kleinen ist beim Backen häufig der Weg das Ziel und durch eine gute Vorbereitung verkürzt sich das lange Warten auf das fertige Gebäck. Wappnen Sie sich mit Küchenschürzen, drücken Sie den kleinen Backhelfern ein Kinder-Nudelholz in die Hand und los geht's!

FÜR SCHÖNE KINDHEITSERINNERUNGEN: ALLES SELBST GEMACHT!

Sobald die Kids etwas älter werden, wollen sie meist tatkräftig mithelfen beim Rühren und Kneten von Teigen oder beim Ausstechen und Verzieren von Plätzchen & Co. Damit das gemeinsame Backen allen Spaß macht, sollten die Kinder so viel wie möglich selbst machen dürfen. Drücken Sie also ein Auge zu, wenn es dann in Ihrer Küche etwas wilder zugeht als sonst. Und überhaupt gilt: Perfektion ist in der Kinderbackstube nicht erwünscht – der Spaß und das gemeinsame Erleben stehen im Vordergrund! Üben Sie sich in Geduld und sparen Sie nicht an Lob – dann sind Ihnen wunderschöne und durch Nichts zu ersetzende gemeinsame Backerlebnisse sicher. Noch Jahre später werden sich Ihre Kinder gerne ans gemeinsame Teigkneten, Ausrollen und Verzieren erinnern – und dann bestimmt auch so manchen Kuchen aus der Kindheit mit großer Begeisterung nachbacken.

KNETEN, RÜHREN, SCHLAGEN - TIPPS, DAMIT NICHTS SCHIEFGEHEN KANN

Zarter Mürbeteig ist nicht nur die perfekte Unterlage für saftige Obstkuchen und Tartes, auch Plätzchen (allen voran die geliebten Ausstecher) lassen sich aus ihm zubereiten. Das A und O ist kühschrankkalte Butter. Die Zutaten mit den Händen nur kurz zusammenkneten,

dann 30 Min. kühlen. Wird der Teig nämlich zu warm, dann wird er klebrig und lässt sich auch trotz Kühlzeit nicht mehr besonders gut ausrollen.

Rührteig ist schnell zubereitet und vielseitig und daher zu Recht bei Backanfängern beliebt. Voraussetzung für einen fluffigen Teig ist, dass Butter und Eier Zimmertemperatur haben. Nur so lassen sie sich schön aufschlagen und verbinden sich gut. Also: beides rechtzeitig vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen. Und dann heißt es: Rühren! Kinderleicht geht das mit einem Handrührgerät.

Biskuit ist die Basis für edle Torten und feine Obstkuchen. Viele schaumig geschlagene Eier sowie kein oder nur wenig Fett sorgen für die luftige Konsistenz. Biskuitmasse für Torten bereiten Sie am besten schon am Vortag zu, dann lässt sie sich besser schneiden. Damit Biskuit nicht austrocknet, wickeln Sie ihn über Nacht in Frischhaltefolie.

HEFETEIG MAG ES WARM UND GEMÜTLICH

Hefeteig mag es warm und benötigt Zeit, damit er zur vollen Größe aufgeht. Decken Sie die Teigschüssel stets mit einem sauberen Küchentuch oder einem aufgeschnittenen Gefrierbeutel ab. Hefeteig muss mehrfach kräftig geknetet werden. Das erledigen bei kleinen Mengen zunächst die Knethaken des Handrührgeräts, anschließend dürfen Sie oder die Kinder mit den Händen kräftig zupacken. Ob Sie mit frischer Hefe oder Trockenhefe backen, ist unerheblich – lockerer Hefeteig gelingt mit beidem. Wer nur selten Hefeteig macht, liegt mit Trockenhefe im Schrank nicht falsch. Steht hingegen häufig Hefengebäck auf dem Tisch, lohnt es sich, frische Hefe im Kühlschrank zu haben.

Wer ungeduldig ist oder zunächst vor Hefeteig zurückschreckt, findet in Quark-Öl-Teig eine Alternative.

Frisch gebacken ähnelt die Konsistenz der von Hefegebäck, doch im Gegensatz zu Hefeteig ist Quark-Öl-Teig schon nach kurzem Verkneten bereit zum Ausrollen oder Formen. Größere Kinder können ihn alleine zubereiten. Gebäck aus Quark-Öl-Teig schmeckt am besten ganz frisch.

WICHTIG: DIE RICHTIGE MEHLSORTE

Die Mehlsorte ist entscheidend für die Konsistenz von Teig und Gebäck. Ist nur »Mehl« angegeben, handelt es sich stets um das in jedem Lebensmittelgeschäft erhältliche Weizenmehl der Type 405.



SCHMETTERLINGS- CUPCAKES

Rührteig, Creme und Deko - 1, 2, 3, fertig sind die niedlichen Törtchen! Das einfache Grundrezept ist herrlich wandelbar - probieren Sie es unbedingt aus!

150 g weiche Butter

150 g Zucker

2 Eier (Größe M)

200 g Mehl

2 TL Backpulver

150 ml Milch

125 g Puderzucker

1 EL Zitronensaft

kleine Zuckerperlen

150 g Frischkäse (Doppelrahmstufe)

75 g Himbeer-Fruchtaufstrich

Butter und Mehl für das Muffinblech

Salz

Für 1 12er-Muffinblech

30 Min. Zubereitung

20 Min. Backen

Pro Stück ca. 320 kcal

4 g EW

16 g F

40 g KH



1 Backofen auf 180° vorheizen. Die Butter und den Zucker mit den Quirlen des Handrührgeräts gut schaumig rühren.



2 Die Eier nacheinander jeweils so lange unter die Butter-Zucker-Masse rühren, bis sich die Zutaten wieder verbunden haben.



3 Das Mehl mit dem Backpulver mischen, auf die Buttermasse geben und mit der Milch sowie 1 Prise Salz kurz unterrühren.