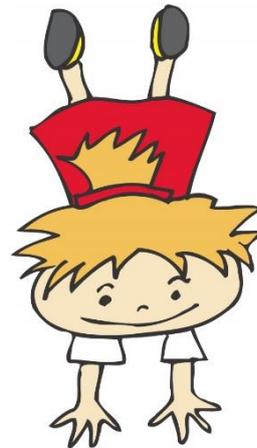


## Selbst zubereitetes Frühstück in der Notbetreuung



Dazu haben wir zusammen, frische Brötchen gebacken:

- \* 275g Dinkelmehl
- \* 1 Päckchen Backpulver
- \* 250g Magerquark
- \* 6 EL Milch
- \* 4 EL ÖL
- \* optional Salz



Alles zusammen in eine große Schüssel geben und dann kräftig mit euren Händen durchkneten.

Danach formst du 12 Quarkbrötchen und bäckst sie bei 180 Grad Ober- und Unterhitze. Als Belag gab es leckeren selbstgemachten Kresse Frischkäse oder Naturfrischkäse und ganz viel Obst (Erdbeeren, Banane, Weintrauben und Äpfel).

Vielleicht habt ihr Lust das zu Hause auch mal zu probieren.