

# KinderKochKurs Sommer 2023

---

Bella Italia



AggerEnergie Kochstudio  
02261 3003-120  
[vera.zielberg@aggerenergie.de](mailto:vera.zielberg@aggerenergie.de)

# Orangina – leckere Orangen-Limonade

Für 8 Gläser

		Von
1/2	Bio-Zitrone	und
1	Bio-Orange	die Schale abreiben. Mit
200 ml	Wasser	und
150 g	braunen Zucker	in einen kleinen Topf geben und
		aufkochen lassen. Unter Rühren ein paar Minuten
		köcheln lassen, bis der Zucker aufgelöst ist.
		Die Flüssigkeit kurz abkühlen lassen.
3	Orangen	und
1	Zitrone	mit einer Zitronenpresse
		auspressen und den Saft unter das Zuckerwasser
		rühren. Den Sirup durch ein feines Sieb streichen
		und vollständig abkühlen lassen.
		Den Orangensirup mit
1,5 Liter	Mineralwasser	aufgießen und mit Eiswürfeln
		und Orangenscheiben servieren.

Tipp: Den Orangensirup kannst du auf Vorrat zubereiten und in einem Schraubglas im Kühlschrank aufbewahren.

# Italienische Flaggen-Spieße grün-weiß-rot

Für 6 Spieße

- |   |                        |                                  |
|---|------------------------|----------------------------------|
| 1 | Snackgurke             | waschen in 6 Scheiben schneiden. |
| 6 | Mini-Mozzarella-Kugeln | abgießen.                        |
| 6 | Cocktailtomaten        | waschen.                         |
|   |                        | Die Zutaten auf                  |
| 6 | kleine Holzspieße      | stecken.                         |
|   |                        | Nach Geschmack mit               |
|   | Tomatensalz            | und                              |
|   | Zitronenpfeffer        | würzen und mit                   |
|   | Olivensöl              | beträufeln.                      |

Variation: Wer mag, kann die Snackgurken gegen Basilikum austauschen!



# Minipizza

Für ca. 8 Minipizzen

## Für den Teig

10 g frische Hefe  
1 Prise Zucker  
350 g Mehl  
150 ml lauwarmes Wasser  
2 EL Olivenöl  
1-2 TL Salz

in eine Rührschüssel zerbröseln. Gib und und und und dazu. Jetzt mit den Knethacken des Mixers zu einem glatten Teig verkneten. An einem warmen Ort abgedeckt mindestens 30 Minuten gehen lassen.

## Für die Tomatensauce

1 Zwiebel  
350 g Strauchtomaten  
  
1 Ei Olivenöl  
  
1 EL Tomatenmark  
  
1-2 EL Wasser  
1 TL Salz  
½ TL Pfeffer  
Oregano, Basilikum

pellieren und in Würfel schneiden. waschen, grüner Stielansatz abschneiden, in kleine Würfel schneiden. in eine Pfanne geben und die Zwiebeln 5 Minuten andünsten. zugeben und 2 Minuten anbraten. Tomaten zufügen und 5 Minuten braten. Mit einer Gabel zerdrücken, vielleicht noch zugeben. Dann mit und würzen. Nach Geschmack mit würzen und beiseitestellen.

## Für den Belag

150 g Gouda  
  
1 Mozzarella-Päckchen  
1/2 rote Paprika  
  
80 g gekochter Schinken  
80 g Salami  
2-3 Champignons  
1 Dose Thunfisch  
100 g Blattspinat

reiben. Weiterhin kann man zum Beispiel abgießen und in Scheiben schneiden. waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. in feine Streifen schneiden. in feine Streifen schneiden. waschen, in dünne Scheiben schneiden. abgießen. auftauen lassen, gut ausdrücken.

Den Teig mit einem Messer in 8 Stücke teilen und auf Backpapier dünn ausrollen. Etwas Tomatensauce darauf verteilen. Mit Käse bestreuen. Nach Geschmack mit den Zutaten belegen und im vorgeheizten Backofen bei 220 °C auf der untersten Schiene ungefähr 15 Minuten backen.

Die **Idee** ist, dass jeder seine Pizza selbst nach eigenem Geschmack belegt. In dem Rezept sind verschiedene Zutaten zusammengestellt die man zur Zubereitung für ca. 8 Minipizzen verwenden kann.

# Spaghetti-Eis selber machen

Für 6-8 kleine Portionen

## Für die Erdbeersoße

200 g Erdbeeren

in einen hohen Rührbecher geben und

60 g Zucker

zugeben. Mit einem Pürierstab fein pürieren.

## Für das Spaghetti-Eis

200 g Sahne

in einen hohen Rührbecher geben.

1 P. Sahnestreif

und

1 P. Vanillezucker

zugeben. Mit den Mixstäben des Handrührgerätes steif schlagen.

Die geschlagene Sahne kuppelförmig auf 6-8 Eisteller oder Förmchen geben und ungefähr 1 Stunde einfrieren.

500 g Vanilleeis (nicht so cremig)

in eine Spätzlepresse geben und portionsweise über die Sahne pressen.

Die Erdbeersauce darauf verteilen.

Mit einer Reibe noch insgesamt

50 g weiße Kuvertüre

darüber reiben.

Tipp: Als Deko schmecken ein paar Erdbeerscheiben oder kleine Spieße gut.