UNSER BANANENBROT

Rezept für Kinder

Mit Datteln statt Zucker

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

WIR BRAUCHEN
KÜCHENUTENSILIEN

1 Löffel

1 Tischmülleimer

1 Zewa

1 Schneebesen

1 Schüssel

1 Gabel

1 Kindermesser

1 Messbecher

1 Brettchen

1 Kastenbackform

1 Backpinsel zum Fetten

1 Backpapier

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

Gemeinsam backen macht Spaß!

SCHRITT 1

ZUTATEN BEREITSTELLEN

4 Eier

3 Bananen

300 g Mehl

2 TL Backpulver

200 ml Öl

75 g Schokodrops

4–6 weiche Datteln oder 100 g Zucker

Das lernen Kinder dabei:

- Zutaten benennen
- 1 2 3 Eier und Datteln zählen
- Mengen kennenlernen

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

♥ Gemeinsam schauen, riechen und benennen. ♥

SCHRITT 2

BANANEN ZERDRÜCKEN

3 Bananen
schälen und
mit einer Gabel
gut zerdrücken.

Das lernen Kinder dabei:

- Feinmotorik stärken
- weich und matschig fühlen
- Kraft dosieren

Wie fühlt sich die Banane an?

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

Schritt 3

EIER UND DATTELN VERRÜHREN

4 Eier aufschlagen
und mit 4–6 weichen
Datteln gut verrühren
oder fein mixen.

Das lernen Kinder dabei:

- natürliche Süße entdecken
- rühren und beobachten
- Selbstständigkeit üben

Wie riechen die Datteln?

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

Schritt 4

Öl dazugeben

200 ml Öl dazugeben und alles gut vermischen.

200 ml – ganz schön viel!

Das lernen Kinder dabei:

- Mengen abmessen
- langsam eingießen
- Auge-Hand-Koordination

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

SCHRITT 5

MEHL UND BACKPULVER UNTERRÜHREN

300 g Mehl und
2 TL Backpulver
in den Teig geben
und gut verrühren.

Das lernen Kinder dabei:

- Veränderungen beobachten
- vorsichtig rühren
- Zusammenhänge verstehen

Was passiert mit dem Teig?

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

SCHRITT 6

BACKFORM EINFETTEN

Die Kastenbackform mit etwas Öl
und einem Pinsel einfetten.

Damit nichts
kleben bleibt!

Das lernen Kinder dabei:

- mit Werkzeugen umgehen
- sorgfältig arbeiten
- Backform vorbereiten

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

SCHRITT 7

SCHOKODROPS EINRÜHREN

75 g Schokodrops in den Teig rühren
und den Teig in die Kastenform füllen.

Jetzt wird's
besonders
lecker!

Das lernen Kinder dabei:

- Motorik durch das Umrühren
- Sensorik: Wie fühlt sich der Teig an?
- Hand-Auge-Koordination beim Umfüllen
- Teamarbeit

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

SCHRITT 8

BACKEN

Bei 150 °C
Umluft ca. 30
Minuten backen.

Das lernen Kinder dabei:

- Geduld entwickeln
- Sicherheitsregeln kennenlernen
- Vorfreude teilen

Abkühlen lassen und gemeinsam genießen!

VIOkita
Vielfalt Inklusion Offenheit

⚠ Der Ofen ist nur für Erwachsene.

SCHRITT 9

AUFESSEN & GENIESSEN

Unser Bananenbrot ist fertig!
Jetzt wird probiert und gemeinsam genossen.

DAS LERNEN KINDER DABEI:

GEMEINSCHAFT
gemeinsam essen
und genießen

VERSCHIEDENE GESCHMÄCKER
Neues probieren und
Unterschiede entdecken

STOLZ & SELBSTWIRKSAMKEIT
Ich habe mitgemacht –
und jetzt essen wir
unser Bananenbrot

Gemeinsam gebacken, gemeinsam genossen.
Unser Bananenbrot war lecker!