

Liebe Kinder,

den Muttertag am Sonntag starten bestimmt viele von euch mit einem gemeinsamen Frühstück. Wie wärs denn mal mit Pancakes dazu? Das sind kleine fluffige Pfannkuchen, die ihr süß mit Apfelmus, Honig und frischen Früchten oder herzhaft mit Kräuterquark, Käse, Schinken und Gemüse essen könnt.

Oder ihr kocht mal Frieders Lieblingsgericht: Milchreis mit Zimt und Zucker. Viel Spaß!

## Pancakes

Zutaten für 4 Personen:

300 g Mehl

300 ml Milch

4 Eier

2 Prisen Salz

1 Päckchen Backpulver

2 EL Zucker

2 EL Butter oder Öl für die Pfanne

Zubereitung:

- Trenne die Eier. Verrühre danach Eigelb, Mehl, Backpulver, Zucker, Salz und einen Schuss Milch in einer Schüssel zu einem zähflüssigen Teig.
- Schlage nun das Eiweiß steif und heb es unter die Masse, sodass ein cremiger Teig entsteht. Falls der Teig noch zu fest ist, einfach noch ein wenig Milch hinzufügen.
- Dann Butter oder Öl in eine Pfanne geben, mit dem Pinsel verteilen und heiß werden lassen. Den Teig portionsweise mit einem großen Löffel oder einer Suppenkelle in die Pfanne geben und auf jeder Seite 2-3 Minuten goldbraun backen.

Guten Appetit!



## Milchreis

Zutaten für 4 Personen:

1 l Milch, zimmerwarm

250 g Milchreis

4 EL Zucker

1 EL Butter

1 Vanilleschote oder 1 Packung Vanillezucker

Zubereitung:

- In einem großen Topf die Butter schmelzen, anschließend den Reis kurz darin anschwitzen. Nun die Milch und den Zucker dazu geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und in den Topf geben oder Vanillezucker hinzufügen. Alles unter vorsichtigem Rühren einmal aufkochen lassen und dabei aufpassen, dass nichts am Topfboden hängen bleibt.
- Nun den Topf auf eine Herdplatte stellen, die auf kleinster Stufe heizt. Den Milchreis im geschlossenen Topf 30 Minuten ziehen lassen. Nach 15 Minuten einmal umrühren.
- Der Milchreis kann warm oder kalt, mit Zimt und Zucker, Apfelmus, frischem Obst, ... gegessen werden.

Guten Appetit!

