

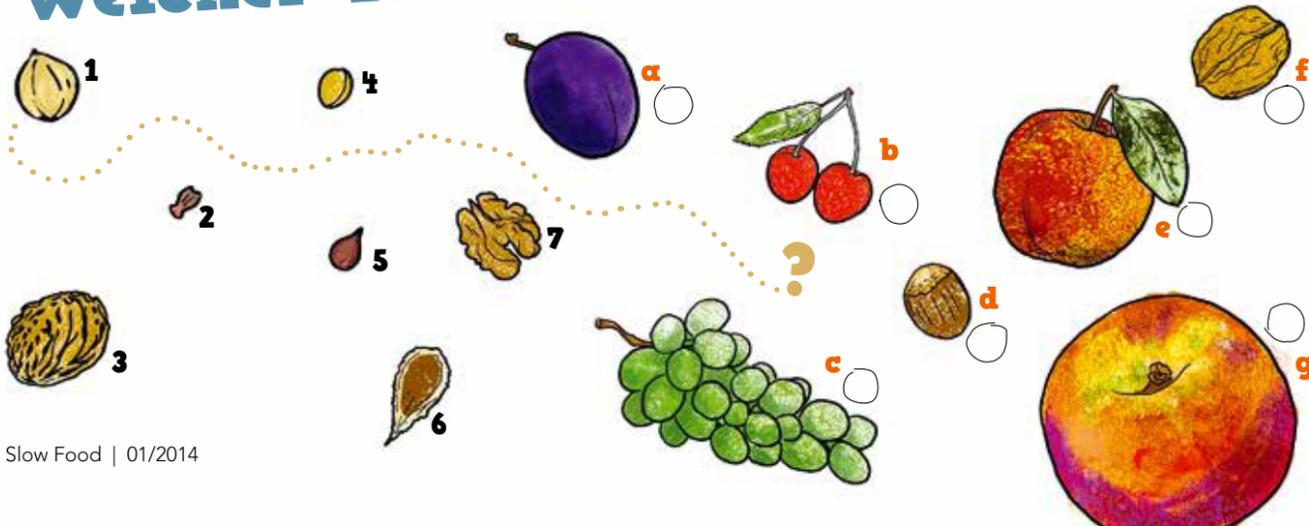
# WURZELFRAGE

Welche Farbe hat welche Wurzel?



## Welcher Kern gehört zu welcher Frucht?

Verbinde die Kerne mit der dazugehörigen Frucht. Bei einigen Früchten isst man das Fruchtfleisch, bei anderen den Kern (Samen). Schreibe ein **F** in den Kreis, wenn man das Fruchtfleisch essen kann, und ein **K**, wenn man den Kern isst, nachdem man seine Schale geknackt hat. (Die Auflösung findet ihr auf Seite 96).



## Ihr braucht:

- 500 g Weizenmehl,
- 30 g Hefe,
- 50 g Zucker,
- kanpp 200 ml lauwarme Milch,
- 50 g Butter,
- 1 Prise Salz,
- 1 TL abgeriebene Zitronenschale,
- 4 Eier,
- je nach Geschmack 50-80 g Rosinen, Öl oder Frittierfett zum Ausbacken, Zucker zum Bestreuen.

# NONNENFÜRZLE

## Und so werden sie gemacht:

- Das Mehl mit einer Prise Salz (das ist so viel, wie zwischen Daumen, Zeigefinger und Mittelfinger passt) in eine große Schüssel geben. In die Mitte eine Mulde drücken, zerbröckelte Hefe mit einem Teelöffel Zucker und etwas lauwarmen Milch hineingeben. Nicht umrühren, nur zum Gären etwa 10 bis 15 Minuten stehen lassen.
- Dann die zimmerwarmen Eier, den Zucker, die Zitronenschale, die restliche warme Milch und die Butter dazu geben.
- Das Ganze mit einem Kochlöffel zu einem geschmeidigen Teig kneten. Wer mag, kann Rosinen in den Teig einarbeiten.
- Den Teig mit einem frischen Küchentuch zudecken und an einen warmen Ort stellen. Der Teig »geht« jetzt und zwar so lange, bis er ungefähr doppelt so groß ist wie vorher.
- Für die nächsten Arbeitsschritte brauchst du die Unterstützung von Erwachsenen! In einem großen Topf oder in der Fritteuse das Öl erhitzen.
- In der Zwischenzeit mit einem kleinen Löffel Stücke vom Hefeteig abstechen. Diese legt der Erwachsene in das heiße Fett. Vorsicht: das spritzt!
- Wenn das Gebäck schön goldgelb ist, nehmt ihr die »Nonnenfürzle« mit der Schaumkelle aus dem Öl und legt sie auf Küchenpapier.
- Jetzt nur noch mit feinem Zucker bestäuben – fertig. Lasst es euch schmecken!

### Warum wird ein Hefeteig größer?

Es ist fast ein Wunder: Aus Weizenmehl, Wasser, Salz und Hefe wird etwas so Leckeres und Lockeres wie »Nonnenfürzle« oder Brot. Dass das so ist, hängt mit Dingen zusammen, die für uns unsichtbar im Teig passieren. Wenn wir den Teig kneten, verändern sich Stoffe im Mehl. Einer davon heißt »Gluten« oder »Kleber«. Der sorgt mit dafür, dass der Teig elastisch wird. Schon beim Kneten mit der Hand könnt ihr merken, wie sich der Teig verändert. Und dann ist da die Hefe. Das sind winzig kleine Pilze. Einen einzelnen Hefepilz können wir mit dem Auge nicht erkennen. In einem Würfel »Bäckerhefe« stecken also sehr, sehr viele dieser kleinen Pilze. Im Teig ernähren sie sich von Zucker, der im Mehl enthalten ist. Sie vermehren sich im Teig. Und sie scheiden Gase aus: viele kleine »Hefepupse«, die im Teig gefangen bleiben. Wenn ein Hefeteig »geht«, passiert also das: Viele kleine Hefepilze scheiden viele kleine Hefepupse aus. Die sind in dem elastischen Teig gefangen wie Luft in einem Ballon und dadurch dehnt sich der Teig aus.

Habt ihr Lust, diese Seiten mitzugestalten? Dann schickt eure Bilder, Ideen oder Fragen zu Dingen, über die ihr gerne etwas erfahren würdet, an [kinderkommission@slowfood.de](mailto:kinderkommission@slowfood.de)

Ach ja, und noch etwas: Vom 10. bis 13. April findet in Stuttgart die große Slow Food Messe statt. Die Slow Food Kinder- und Jugendkommission ist dort mit einem eigenen Stand vertreten und freut sich auf euren Besuch.