verbraucherzentrale Niedersachsen

KiTa auf EssPedition

2019: Zucker – süßer Faktencheck!

Aktions-Rezept

Knabberschlange

1 Salatgurke
3 Tomaten
10 Pumpernickeltaler
100 g Kräuterfrischkäse
3-4 Käsescheiben
2 Gewürznelken

So wird's gemacht:

- Die Salatgurke waschen, circa. 5 cm des schmalen Endes schräg abschneiden - das wird der Kopf der Schlange, der vorne flach eingeschnitten wird.
- Aus Tomatenschale eine Zunge zuschneiden und in den Schlitz stecken.
- Den Rest der Gurke in Scheiben schneiden.
- Die Pumpernickeltaler mit Kräuterfrischkäse bestreichen.
- Die Tomaten in Scheiben schneiden.
- Aus den Käsescheiben 10 Taler ausstechen (z. B. mit Plätzchenform oder kleinem Glas).
- Alle Zutaten abwechselnd hintereinander anordnen; die entstehende „Gurkenschlange“ sollte dabei schlängeln.
- Zum Schluss 2 Gewürznelken als Augen in den Gurkenkopf stecken.

© VZN e. V.