

Sjokoladecake i langpanne og muffins med nonstopp er enkelt å ty til når barn skal feire.

Dette kan godt avløsest av nye og mer spennende godbiter og delikatesser som er minst like lette å lage.

Vi har latt oss inspirere av:

www.melk.no

www.frukt.no

Bilde på framsida er henta frå:

www.kakerogkos.blogspot.com



FESTMAT I BARNEHAGEN

Forslagshefte fra
Snøkrystallen småbarnehage
Holane 12, 6770 Nordfjordeid
Tlf: 47379529



Grønnsaksnacks

Forslag til ingredienser:

Blomkål

Cherrytomater

Brokkoli

Agurk

Gulrot

Kålrabi

Paprika

Minimais

**kremost med urter
eller krydder**

**1½ dl yoghurt naturell
frisk dill eller andre
friske urter**

**Vask, skrell og del alle
grønnsakene.**

Frukt-bolle

1 l Apelsin-juice

1 boks knust ananas

Ca 75 cl Eplemost

Eller Fruksoda

Apelsin i skiver

Biter av ananas

Druer

**Bland apelsin-juice og
knust ananas i ein
stor bolle.**

**Ha i ananas biter,
Delte druer og
apelsinskiver**

**Eplemost/ soda
like før servering.**



Innholdsliste

Fruktkake

Smooth-is

Jungeljuice

Piratens favoritt

Sjørøverjuveler

Festspyd

Pizzasnurrer

Lefseruller

Pastasalat

Fruktsalat med vaniljeyougurt

Else si banankake

Grønnsaksnacks

Frukt-båle



Fruktsalat med vaniljeyoghurt

Forslag til frukt:

banan, eple, druer, kiwi, ananas, pære, jordbær,
melon, rips, solbær, appelsin
vaniljeyoghurt, evt vaniljekesam

Tips:

Du kan godt bytte ut vaniljeyoghurten med en yoghurt med en annen smak eller med vaniljekesam.

For å gjere det ekstra spennande:

- lag figurer med kakeformer
- tre inn på spyd
- lag kuler av mjuk frukt med ei isskje (se framside)



Else si Banankake

75 gr. Smelta smør
½ dl melk
2 små modne bananer
3 egg
3 dl sukker
(kan godt redusere mengda)
4 dl hvetemel
2 ts vaniljesukker
2 ts bakepulver
½ plate mørk sjokolade

Visp egg og sukker til eggedosis.
Bland mel, bakepulver og vaniljesukker og sikt det i eggedosisen vekselvis med smeltet smør, melk og moset banan. Ta i hakket sjokolade.
Stek ca 50 minutt på 170 grader.



Frukttkake

4 egg

3dl hvetemel

½ ts salt

5 dl mjølk

Ca.2 dl bringebær, evt .blåbær, kirsebær eller hermetisk fersken

ca.3 ss sukker

Fremgangsmåte

I stekeovn 200 Grader, nederste rille i ca 40 minutter. Langpanne 20 x30 cm.

Bland mel og salt. Tilsett ca. halvparten av melken. Rør godt til en tykk og klumpfri røre. Tilsett resten av melken. Visp inn eggene. La røren svelle i ca. ½ time.

Smør en liten langpanneform med smeltet smør og dryss over sukker. Legg så tett i tett med frukt eller bær i formen.

Hell pannekakerøren over bærene og stek bærpannekaken nederst i stekeovnen ved 200 °C i ca. 40 minutter til den begynner å heve seg og er pent gyllen. Dryss et lett slør med melis over før servering.

Server ovnspannekaken lunken med et lite melisdryss. Is, vaniljekesam eller pisket kremfløte smaker godt til.

Smooth-is:

Lag tykk smoothie uten væske eller isbiter.

Frys ned i ispinneformer eller i boller for senere å lage kuleis. Bland ulike farger og smaker det skal være på isen, f eks. banan eller mango (hvit), kiwi (grønn), jordbær (rosa), solbær (lillarosa) eller melon (gul eller lyserød).





Lefseruller

Forslag til Ingredienser:

kremost naturell eller annen kremost

lompe

pølse/skinke pålegg

agurk/paprika/mais/salat

Fremgangsmåte

Smør kremost på lompene. Legg på alle ingrediensene. Rull lompene saman og skjær rullen i biter på et par centimeter.



Pastasalat

Forslag til ingredienser:

Kylling/ minipølser/skinkebiter

Agurk,paprika,mais, cherrytomater, salat,

Kokte pastaskruer

Ost i terninger

Kan serveres med kesam og brød



Jungeljuice

(10 glass)
 3 dl blåbær, frosne
 7 dl skogsbæryoghurt
 2 bananer
 Ha alle ingrediensene i en
 blender eller
 foodprosessor og kjør til
 blandingen får en
 kremet konsistens. Pynt med
 sugerør og
 appelsinskive.

Piratens favoritt

(10 glass)
 3 dl ananas, fryst i biter
 7 dl vaniljeyoghurt
 2 bananer
 Ha alle ingrediensene i en
 blender eller
 foodprosessor og kjør til
 blandingen får en
 kremet konsistens.
 Pynt med sugerør og
 skiver av kiwi.



Sjørøverjuveler

(40 små eller 20 store)
 50 g gjær
 2½ dl melk
 75 g smør
 50 g sukker
 revet skall av ½ sitron
 2 egg
 ca. 500 g siktet hvetemel
 1 ts bakepulver
 Pensling:
 50 g smeltet smør eller 1 pisket
 egg

Stekes midt i ovnen ved 200 °C i 10 minutter. Smuldre gjæren i bakebollen og rør den ut i litt av den lunkne melken. Smelt smøret og bland det med resten av melken. Bland den lunkne melkeblanding med gjæroppløsningen. Tilsett sukker, sitronskall og Vispede egg. Sikt i mel og bakepulver og bland alt til en smidig deig. Dekk den godt til og la den heve til dobbel størrelse. Elt deigen lett, og kjevle den ut til en stor leiv, ca. 5 mm tykk. Bruk små pepperkakeformer og trykk ut forskjellige figurer. Etterhev bollene i 15 minutter og pensle dem med smeltet smør. Stekes og avkjøles. Dryss på melis før servering eller pynt med melisglasur tilsatt litt konditorfarge.



Festspyd

Ingredienser

3 stk kyllingfilet
200 g småpølse
500 g kjøttboller av kylling (ca 20 stk)
2 stk rød paprika
200 g hvitost
1 beger cherrytomat, rød
1 bunt reddik
½ stk cantaloupe melon

Fremgangsmåte

Del kyllingfileter og pølser i mindre biter og stek dem i en stekepanne. Varm også kjøttbollene. Del paprika og ost i mindre biter og tre alle ingrediensene på grillspyd. Spydene plasseres i en halv melon før servering. Serveres med dipp og brød.



PIZZASNURRA

Ingredienser

50 g gjær
3 dl ekstra lett melk
½ ts salt
1 ss olje
4 dl sammalt hvete, grov
4 dl hvetemel
Fyll:
3 ts pesto
3 ss ketchup (evt pizzasaus eller tomatpuré)
1 stk rød paprika
2 ss olje
2 stk tomat
100 g kjøttpølse eller kokt skinke, i terninger
150 g revet hvitost

Fremgangsmåte

I stekeovn på 200 °C i 20 minutter.

Smuldre gjæren i en bolle. Varm melken til 37 °C. Hell litt over gjæren og rør til den er oppløst. Tilsett resten av melken, olje, salt, sammalt mel og det meste av hvetemelet. Hev ca 1 time. Kjevele deigen ut til et rektangel, 25 x 40 cm. Bland alle ingrediensene til fyllet, og smør det utover deigen. Rull sammen fra langsiden og skjær rullen i 12 like store biter. Plasser snurrene på et stekebrett eller sett de i en smurt langpanne. Etterheves på et lunt sted i 40 minutter. Pensles om ønskelig med sammenvispet egg før steking. Stekes midt i ovnen. Kan fryses .