

Eis-Joghurt mit Obst



SARAH WIENER
STIFTUNG

Es müssen nicht immer Kugeln sein: Hier überzeugt gefrorener Eis-Joghurt flächendeckend. Hübsch und köstlich verziert mit Obst der Saison. Der Sommer kann kommen!

ZUTATEN FÜR 12 KINDER

- 500 g Sommer-Obst, z. B. Beeren, Aprikosen, Pfirsiche
- etwas Minze
- 600 g Naturjoghurt
- ggf. etwas Honig oder Zucker

KÜCHENWERKZEUG

- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Unterlage mit Backpapier

ZUTATEN FÜR 2 KINDER + 2 ERWACHSENE

- 250 g Sommer-Obst, z. B. Beeren, Aprikosen, Pfirsiche
- etwas Minze
- 300 g Naturjoghurt
- ggf. etwas Honig oder Zucker

(SAISONALE) ALTERNATIVEN

Herbst: Birnen oder Zwetschgen

Winter: Orangen oder Mandarinen

Tipp: Etwas Zitronenabrieb oder Gewürze unter den Joghurt geben.



Hinweis: Gekaufte, tiefgefrorene Beeren sollten keimbedingt vor dem Verzehr erhitzt werden. Daher sind sie für dieses Rezept nicht geeignet.

Allergene: Milch/Laktose (Naturjoghurt)

Kosten in Bio-Qualität pro Kind: unter 1 Euro

Mengenrechner: Die Anzahl der Portionen kannst du für viele unserer Rezepte anpassen unter www.familienkueche.de.



SOMMER

Eis-Joghurt mit Obst

ZUBEREITUNG UND PÄDAGOGISCHE TIPPS

- 1** Das Obst und die Minze waschen und in kleine Stücke schneiden.
 - 2** Je nach Süße des Obstes etwas Honig oder Zucker in den Joghurt rühren.
 - 3** Eine Unterlage mit flachem Boden mit Backpapier auslegen: Geeignet sind Teller, Brett oder Auflaufform – sie muss in den Gefrierschrank passen. Den Joghurt auf dem Backpapier dünn verstreichen.
 - 4** Das Obst auf dem Joghurt verteilen und die Minze darüber streuen.
 - 5** Für etwa vier Stunden einfrieren. Den Eis-Joghurt gefroren in Stücke brechen und genießen!
- Beim Obstschneiden auf die Schnitttechniken achten: Tunnel- und Krallengriff anwenden.
- Probiert das Obst und entscheidet gemeinsam, ob es mehr Süße braucht.
- Durch kleine Impulse wie: „Wie kannst du den Joghurt so verteilen, dass überall eine dünne Schicht entsteht?“ wird Feinmotorik, Selbstwirksamkeit und gemeinsames Ausprobieren gefördert.
- Hier kann kreativ gearbeitet werden. Wie soll das Obst verteilt werden? Gestreift, als Mandala oder alles durcheinander?
- Nutzt das Herausnehmen und Zerbrechen als kleinen Sinnes-Moment: Wie sieht es aus, fühlt es sich an und klingt es, wenn es bricht?

TIPPS & TRICKS

Auch köstlich und hübsch: Einen Teil des Obstes pürieren und unter den Joghurt ziehen. Der Eis-Joghurt kann auch in Muffinförmchen zubereitet werden.



Aprikosen, in Süddeutschland und Österreich oft **Marillen** genannt, sind zarte, aromatische Früchte mit samtiger Schale und angenehm süßem Geschmack. Sie lassen sich frisch naschen oder in Joghurt, Gebäck und warmen Gerichten vielseitig verwenden.