



30.03.2020

Liebe Kinder

Wir zeigen Dir Ideen, wie Du Schritt für Schritt bunte Frühlings-Apérohäppchen auf Original Cortoi-Brot kreieren kannst! Viele der Zutaten wirst Du in eurem Küchenschrank finden... andere kannst Du einkaufen oder in der Natur frisch sammeln. Wenn das im Moment schwierig ist, schmecken die Rezepte auch leicht abgeändert lecker!

Inhalt

- Cortoi Brot backen - kinderleicht
- Bunte Aufstriche
- Blütendeko

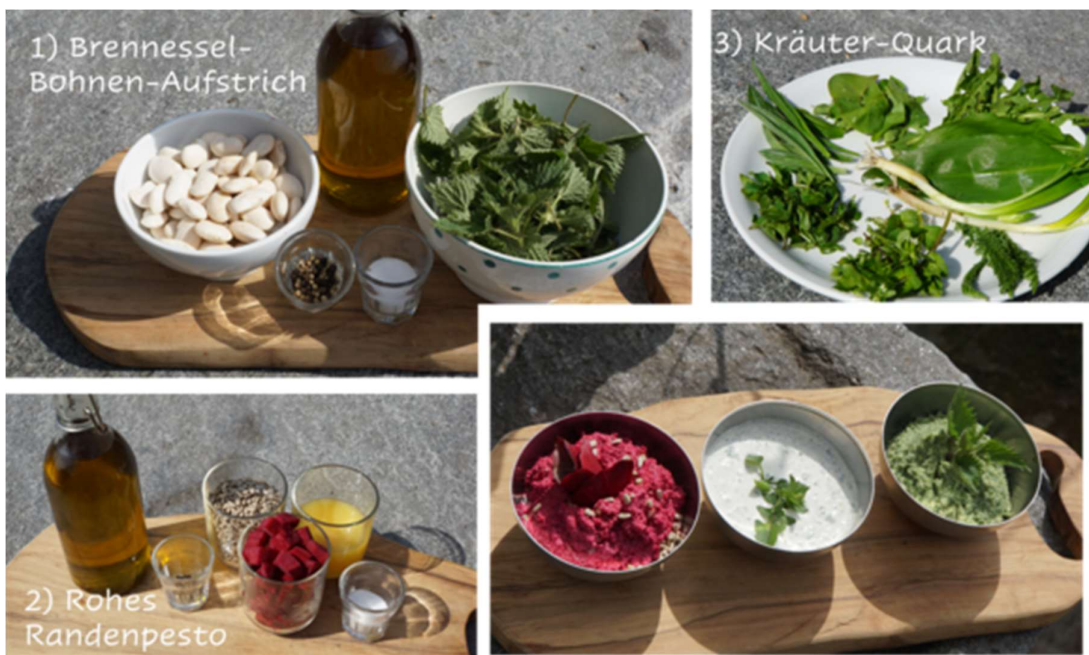


Cortoi Brot backen - kinderleicht

Mario und Ramiro zeigen euch Schritt für Schritt das leckere Cortoi-Brot-Rezept

- 1) Wer Lust, Zeit und Material hat, kann selber Körner mahlen, ansonsten nehmt ihr einfach bereits gemahlenes Mehl...
- 2) 1 kg Mehl in eine grosse Schüssel geben. Mixe zusammen was Dir besonders schmeckt oder was gerade da ist. Eine Gute Mischung ist 1/3 Helles Mehl (zB. Helles Dinkelmehl), 1/3 Ruchmehl, 1/3 Vollkornmehl
- 3) 2 Esslöffel Salz dazu geben
- 4) 1 Pack Trockenhefe (da Teig lange aufgeht reicht ein Päckli für ein ganzen kg Mehl!)
- 4) Wenn Du möchtest kannst du Kerne dazu geben, alles gut rühren
- 5) Nun kommt 1-1,2 Liter lauwarmes Wasser zu der Mehlmassa dazu.
- 6) Alles gut rühren damit es keine Mehleinschlüsse gibt. Dieser Teig ist flüssig und muss nicht geknetet werden!
- 7) Lasse den Teig mindestens einen halben Tag (oder über Nacht) zugedeckt aufgehen. Der Teig sollte windgeschützt sein, die Hefe mag keine zügigen Orte...
- 8) Fülle den Teig in ein mit Backpapier ausgekleidete Kastenform. Fülle sie nicht bis zum Rand, das Brot wird im Ofen noch ordentlich aufgehen. Lieber zwei Formen verwenden!
- 9) Nun gehts ans backen: Wir backen unser Brot im Holzofen... solange bis es fertig ist...
:) Im normalen Ofen würden wirs mal mit 220 Grad während 40-50 Minuten probieren!





Bunte Aufstriche

Alle Rezepte eignen sich auch als Dip für Gemüse!

1) Brennessel-Bohnen Aufstrich

- 1 Tasse Hülsenfrüchte aus der Büchse oder weich gekocht (eher helle Hülsenfrüchte wählen damit der Aufstrich schön grün wird)
- 2 Tassen Brennesseln (1 Minute im kochenden Wasser blanchiert)
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Öl (zB Sonnenblumenöl oder Olivenöl)
- Salz
- Pfeffer

--> alles zusammen mischen und mit dem Pürrierstab fein pürrieren

2) Rohes Randen Pesto

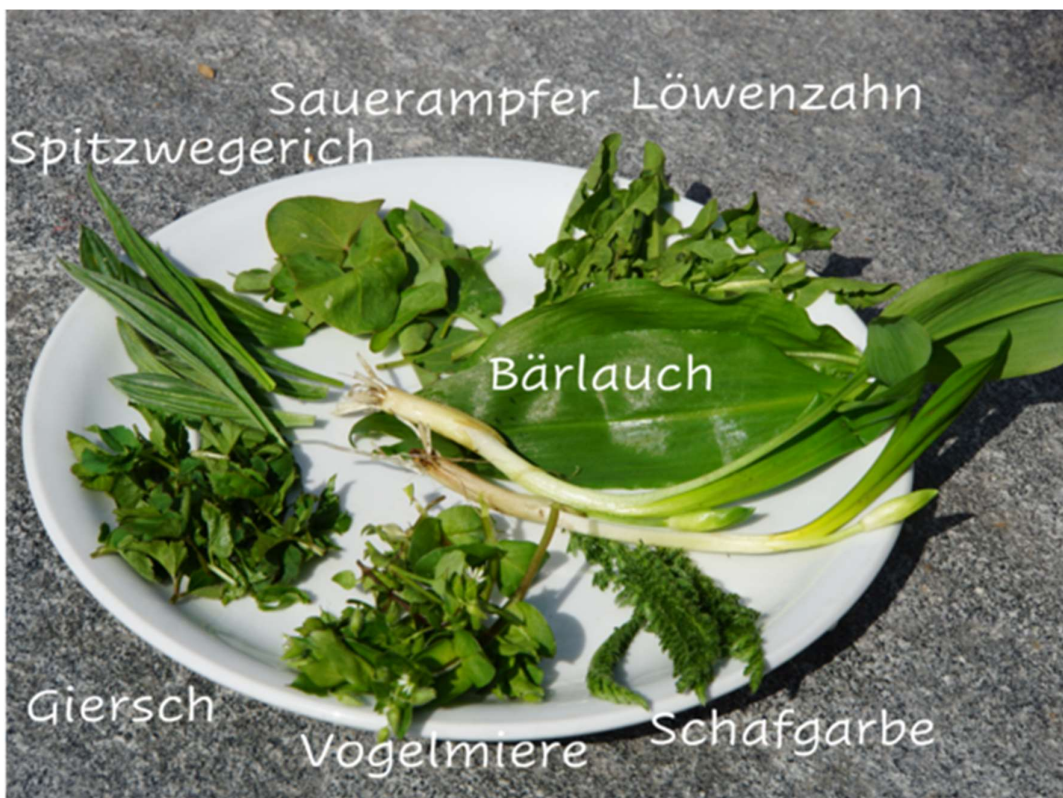
- 1 Tasse rohe Randen, gewürfelt
- 1/2 - 1 Tasse Sonnenblumenkerne
- Saft und Schale einer halben Bio-Orange (oder Zitrone)
- Sonnenblumenöl
- Salz & Pfeffer

--> alles zusammen mischen und mit dem Pürrierstab fein pürrieren

3) Wildkräuter-Quark

- 1 Quark
- 1 Handvoll Wildkräuter (Ideen: siehe Bild unten) oder Küchenkräuter nach Wahl, fein verhackt
- Salz und Pfeffer

--> Alle Zutaten gut mischen



Blütendeko

Am meisten Spass macht uns das Dekorieren der Brötchen...

- 1) Schneide 1/2 cm dicke Scheiben von Deinem Cortoi-Brot und halbiere oder viertle sie diagonal
- 2) Bestriche die Brötli mit den verschiedenen Aufstrichen
- 3) Dekoriere die Brötli mit Blüten, Gemüse oder Früchten,... was Du gerade zur Hand hast, Hauptsache bunt!:) Auf dem Bild unten siehst du, welche Blüten wir für unsere Brötli verwendet haben - natürlich alle essbar! Wenn du keine wilden Blüten sammeln kannst, darfst Du vielleicht ein Primeli oder ein Stiefmütterchen-Blütchen vom Blumenkistli deiner Eltern stibitzen!





Hände waschen nicht vergessen! 😊

Wir wünschen dir einen guten Appetit!

In Corti machen wir oft Apéros mit Aufstrichen und Dips in allen Farben! Es macht uns Spass alles Mögliche zu kombinieren was gerade vorrätig ist!

Hast du auch Lust zu probeln? Schickst du uns dein selber erfundenes Dip-Spezialrezept? Oder ein Bild von deinen Apéro-Brötli? info@campocortoi.ch

Passt auf euch auf!

Stefanie, Mario, Ramiro und Endo!

<https://www.campocortoi.ch/>