



ELTERNFORUM KNUTWIL - ST. ERHARD
WIR VERBINDEN SCHULE UND ELTERNHAUS

"Was choched mer höt?"

Liebe Eltern

Inspiriert durch eine bestehende Chochideen-Liste in der Nachbarschaft, haben wir im Elternforum weitere Ideen gesammelt.

So möchten wir die Wahl der täglichen Kocherei etwas vereinfachen.

Viele von uns kennen diese Gerichte, aber wenn es darum geht: "Was choched mer höt?", ist man oft ratlos!

Gerne erweitern wir die Liste mit Ihren Ideen.

Jede einzelne Idee ist willkommen!

Bitte per E-Mail an: elternforum@smallplanet.ch

> Die Namen der Gerichte können im Internet-Browser eingegeben werden und schon werden passende Rezepte angezeigt.

> Filmen Sie mit den Kindern ihre eigene Kochshow

> Kochen Sie umgekehrt (Frühstück zum Abendessen...)

> Backen Sie mit den Kindern und machen Sie anschliessend eine Teestube mit allen Puppen und Kuschtieren

> Basteln Sie für das Gebäck hübsche Boxen und legen sie diese mit einem kleinen Gruss in den Briefkasten der Nachbarn oder machen Sie eine Velotour zu Verwandten und deponieren dort das Geschenk im Briefkasten.

Ideen

Äplermagronen
Aufläufe mit Poulet, Speck, Gemüse
Bami-Goreng
Berner Kartoffelauflauf (Betty Bossi)
Bratwurst mit Zwiebelsauce
Brotlauf
Bruschetta mit Tomaten & Salat
Cannelloni mit Ricotta
Cervelat mit Käse gefüllt und Speck umwickelt
Chapuns
Chili con Carne
Chnöpfli, Chnöpfli-Pfanne
Cordon Bleu
Crêpes mit Hackfleischfüllung
Dampfnudeln mit Vanillesauce
Emmentaler Schnitzel
Fajitas & Tacos
Falsches Cordon Bleu (Fleischkäse)
Fenchel mit Käse überbacken
Fischfilet, Lachs, div. Fisch gebratet oder gedünstet
Fischstäbli
Fitnesssteller
Flammkuchen
Fleischbällchen an Tomatensauce
Fleischkäse mit Spiegelei
Fleischkäse am Stück im Backofen
Fleischvogel
Fondue
Gefüllte Champignons mit Hackfleisch oder Frischkäse
Gefüllte Peperoni mit Hackfleisch oder Frischkäse
Gefüllte Tomaten mit Hackfleisch oder Frischkäse
Gemüseburger
Gemüseplatte gedämpft
Gerstensuppe
Geschnetzeltes an Rahmsauce, Currysauce, Senfsauce
Ghackets mit Hörnli

Ideen

Nasi-Goreng
Ofengemüse mit Poulet / Spiegelei
Ofenguck (Überbackener Kartoffelstock mit Speck, Käse, Ei)
Omeletten süß oder salzig
Paella
Pasta (Bolognese, Gorgonzola, Carbonara, Arrabiate, Lauch...)
Pastetli mit Kalbfleischkügelis
Penne Cinque Pi
Piccata & Spaghetti Napoli
Pizza selber belegen
Pizzaschnecken
Polenta Zuchetti
Poulet Kokos paniert mit Reise und Currysauce
Poulet-Nuggets paniert mit "Kellogsbrösmelis")
Pouletbrüstli mit Frischkäse gefüllt
Pouletbrüstli im Backofen mit Rahmsauce (Swissmilk)
Pouletschenkel
Quiche
Quinoa-Plätzli
Raclette (mit Kartoffeln oder auf Brot)
Rindsvoressen mit Gemüse
Risotto (Safran, Pilze, Spargel, Bärlauch)
Riz Casimir
Rösti (mit Käse überbacken, mit Tomaten, Speckwürfel...)
Saft-Plätzli
Saltimbocca mit Risotto
Schinkengipfeli
Schinkli & Salzkartoffeln
Schweinefleisch in Kokossauce
Spagethi Bolognese
Spagethi Pesto
Spagethi Thonsauce
Spargelsalat (lauwarm)
Spätzlipfanne mit Gemüse
Spinat mit Ei und Hörndli oder Kartoffeln
Spinat-Auflauf

Ideen

Gnocchi
Grillieren
Gschwellti mit div. Käse
Hackbraten im Backofen
Hamburger im Brötchen oder mit Sauce
Hüttenkäsewähe (Foodby)
Hörndliauflauf
Käsewähe
Käse Soufflé
Kartoffelstock
Kartoffelgratin, Kartoffelauflauf Berner Art (Betty Bossi)
Kartoffelspalten im Ofen gebacken mit Quark
Käseschnitten
Kichererbsen-Eintopf
Lasagne (Gemüse, Kürbis, Hackfleisch oder mit Omeletten)
Lauch-Kartoffeln-Kuchen (Swissmilk)
Linsen-Curry Eintopf
Mah-Meh
Milchreis mit Kompott
Moussaka

Ideen

Suppen (Bündner Gersten, Gulasch, Griessuppe, Minestrone)
Süss-Sauer mit Mango
Süsskartoffeln mit Feta & gedörrten Tomaten
Tartar aus Tomaten
Thai rot/gelb/grün (Basmatireis mit Poulet oder Gemüse)
Thontaschen
Toast Hawaii
Tortilla de patatas (Spanische Omelette)
Tomatenwähe mit Ricotta-Tomatenguss
Vogelheu
Wähen süss oder salzig
Wienerli im Teig
Wurst bräteln
Zürcher Geschnetzeltes & Rösti