



„Kochen aus dem Wald“

Gefüllte Champignons

(von den Kindern in der Schule zubereitet)

Zutaten: 500g Champignons, 1 EL Schmand, 1 EL Frischkäse Kräuter, 1 Scheibe Knäckebröt,
2 Tomaten, Salz & Pfeffer, frische Kräuter

Beigabe: 1 kleine Scheibe Dinkelbrot, grüner Salat

Geschirr: Schneidebrett, 1 kleines Messer, 1 Löffel, 1 Schüssel, 1 feuerfeste Form

Champignons putzen. Dann Champignons entstielen und ganz klein schneiden. Tomaten vierteln, Kerngehäuse entfernen und das Tomatenfleisch fein würfeln. Das Knäckebröt zerbröseln und mit allen anderen Zutaten gut vermischen.

Die Champignons mit der Masse füllen und im Ofen überbacken.



Die Ernährungs- Projekte
und Arbeitsgemeinschaften werden gefördert von Get
..das Netzwerk für Nachhaltigkeit und respektvollen Umgang
mit Lebensmitteln in Taufkirchen (Vils) und Umgebung
www.gemeinsamtafeln.jimdo.com

