

Abendessen für Kinder

Zutaten:

- **Mögliche Zutaten**
- Belegte Brote
- Gemüse und Obst der Saison
- Joghurt
- Backcamembert
- Wiener Würstchen
- gekochtes Ei, Rührei, Omelett...
- [Bunter Nudelsalat](#)
- [Brokkoli-Käseballchen](#)
- [Gemüseberge](#)
- [Herzhafte Gemüsemuffins](#) --> oberlecker!
- [Rosmarinkartoffeln aus dem Backofen](#)
- [Cheeseburger Muffins](#)
- [Bauern-Zopfbrötchen](#)
- [Hackballchen mit Gemüse](#)



Da die Menüteller so praktisch viergeteilt sind, teile ich auch immer das Essen in vier verschiedene Kategorien ein. Ein "Fach" wird immer mit Brot gefüllt, eins mit Würstchen - Käse oder Ei, eins mit Gemüse der Saison und in das kleinste Fach kommt meist ein kleiner Nachtisch. So bekommen die Kinder alles, was sie brauchen um groß und stark zu werden ;-)

Wie das genau aussieht, zeige ich euch auf einigen Bildern:

Hier gibt es zum Beispiel pures Apfelmus mit buntem Streusel, Rohkost in Blumenform und kleine Brote mit ausgeschnittenen Kochschinkenfiguren (den Rest naschen Mama und Papa oder er wird zum Braten verwendet):

Sehr beliebt ist bei uns auch Backcamembert aus dem Backofen mit Preiselbeeren, dazu ein paar Salamibrote und buntes Gemüse.

[Kartoffelsalat](#) mit Würstchenscheiben, Blaubeeren aus dem eigenen Garten und Rohkost schmecken nicht nur im Sommer gut ;-)

Ein weiterer Klassiker: [Kräuterbutter-Brote](#) mit Gemüse aus eigenem Anbau und Omelett

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

