

Hallo liebes Lilliputzkind,

da bist du ja wieder, schön dass du weiter dabei bist! Letzte Woche haben wir ein experimentiert und auch heute ist dein Können und Geschick gefragt! Und auch diese Woche freuen wir uns wieder auf Bilder!

Dein Lilliputz-Team

MANNA

Nun waren sie schon tagelang unterwegs. Nur fort aus Ägypten, nur fort aus diesem schrecklichen Land, wo sie als Sklaven gearbeitet hatten, Männer und Frauen und Kinder.

Sie waren in der Wüste. Dort wuchs nichts. Und sie hatte nicht mehr genug zu essen dabei "Oh, mein Magen knurrt so, ich habe so großen Hunger. Wann gibt es etwas zu essen?", fragten alle. Aber es konnte nichts mehr gekocht werden, denn alle Vorräte waren aufgebraucht. Jetzt fingen alle an zu schimpfen und zu meckern. „Wir haben Hunger und brauchen Brot. Hier gibt es Sand und Steine aber es gibt nichts mehr zu essen. Da nützt uns die ganze Freiheit nichts mehr. Da hätten wir auch gleich in Ägypten bleiben können.“

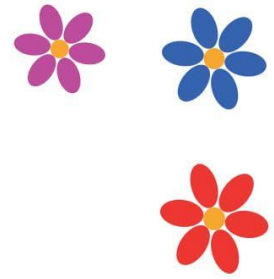
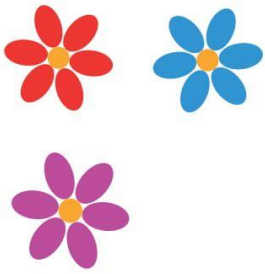
Aber Gott hörte die Israeliten. Er wusste, dass sie Hunger hatten. Gott weiß alles und Gott will uns helfen. Er wollte den Israeliten helfen. Deshalb sagte er: "Morgen gebe ich euch Brot vom Himmel."

"Brot vom Himmel, was ist denn das?", fragte sich die Leute. "Wie will Gott für so viele Menschen Brot schicken?". Aber Gott kann alles. Als die Israeliten am nächsten Morgen aufwachten und aus ihren Zelten herauskamen, da lag etwas auf dem Boden.

Was ist das?" riefen sie, „schau nur, klein und rund, was ist das?“ Sie riefen es in ihrer Muttersprache, auf hebräisch, da klingt diese Frage wie „Man Ha?“. „Das ist Himmelsbrot!“ sagte Mose zu ihnen, „Man Ha, das ist das Brot, das Gott euch zu Essen gibt.“

Es sah so ähnlich aus wie Popcorn. Es war weiß und klein und rund. Die Israeliten probierten es. Es schmeckte wie Brötchen mit Honig. "Was ist das?" fragten sie. "Das ist das Brot vom Himmel, das Gott euch versprochen hat. Gott hat es euch gegeben. Sammelt davon, ihr könnt es essen." Das taten die Israeliten.

Sie sammelten die weißen Körner, die sie weiter Manna nannten. Und sie aßen sie. Es schmeckte sehr lecker. Und an jedem Tag, solange sie in der Wüste unterwegs waren, gab Gott ihnen das Manna. So hatten sie keinen Hunger mehr, weil Gott für sie gesorgt hat



Gott stillte den Hunger der Israeliten. Ich glaube, der Hunger war nur das kleinere Problem. Das größere war, dass sie nicht wussten, ob Gott sie versorgt. Aber er tat es. Er kümmerte sich um sie, jeden Tag neu, 40 Jahre lang. Gott kümmert sich auch um unser Leben, jeden Tag neu gibt er uns das, was wir brauchen. Nicht nur Essen und Trinken, sondern auch Liebe, Kraft, Hoffnung und Freude. Daran sollten wir immer denken.

Wir wollen beten:

*Wo ich gehe, wo ich stehe, bist du guter Gott bei mir.
Auch wenn ich dich niemals sehe, weiß ich sicher du bist hier.
Amen.*

Gottes Liebe ist so wunderbar

(Kinderlied, Autor unbekannt)

Gottes Liebe ist so wunderbar
Gottes Liebe ist so wunderbar
Gottes Liebe ist so wunderbar
so wunderbar groß

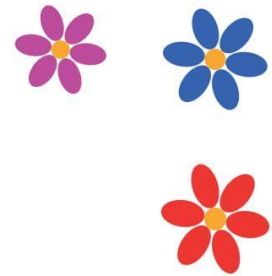
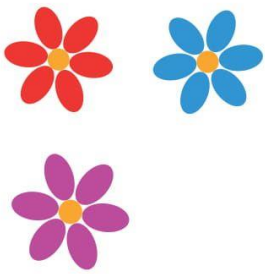
So hoch, was kann höher sein?
So tief, was kann tiefer sein?
So weit, was kann weiter sein?
So wunderbar groß.

Gottes Güte ist so wunderbar...

Gottes Gnade ist so wunderbar...

Gottes treue ist so wunderbar...

Gottes Hilfe ist so wunderbar...



Liebe Kinder,

jetzt haben wir so eine schöne Geschichte über Essen gehört, jetzt wollen wir natürlich auch was essen. Und deswegen kochen wir heute zusammen!

Viel Spaß dabei und guten Hunger!

Popcorn

Zutaten:

- 50 g Popcornmais
- 3 EL Zucker
- 4 EL Öl oder 2 Würfel Kokosfett
- 1 sehr großer Topf mit Deckel

Zubereitung:

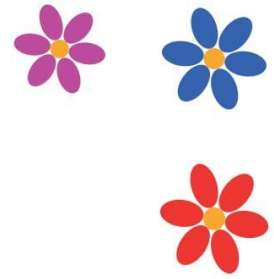
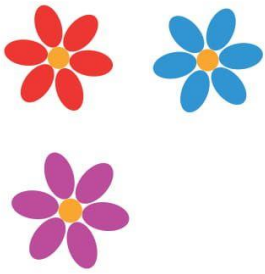
Das Öl in einem großen Topf erhitzen. So richtig heiß.

Währenddessen den Zucker und den Mais mischen. Wenn das Öl heiß ist, den Mais in den Topf, kurz den Mais in das Öl einrühren (Achtung: die Körner könnten schon anfangen durch die Gegend zu fliegen) und dann Deckel drauf. Die Temperatur der Herdplatte musst du nun runterstellen oder sogar ganz ausmachen.

Zwischendurch schütteln und den Topf hin- und her bewegen, damit auch ja alles mal ein bisschen im Zucker-Öl geschwommen ist. Außerdem verhindert das Schütteln, dass das Popcorn Nach einigen Minuten ist das Popcorn fertig.

Nun schnell in eine andere Schüssel und lüften lassen. Das Lüften sorgt dafür, dass Flüssigkeit verdampft. Macht man das nicht, wird das Popcorn matschig.

Es kann vorkommen, dass die Flocken trocken aneinander haften. Das liegt einzig und allein am Trocknen und Festwerden des Karamells. Dies lässt sich aber durch leichtes Rühren beheben.



Bratwurstspieße mit Gemüse

Zutaten:

- 300 g Bratwürstchen
- Gemüse deiner Wahl, z.B: Cocktailtomaten, Paprika, Zucchini, Champions
- Holzspieße
- Etwas Olivenöl

Zubereitung:

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Dann das Gemüse waschen, je nach Gemüseart schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Würstchen aus der Verpackung nehmen und ebenfalls in Stücke schneiden.

Gemüse und Würstchen abwechselnd auf die Holzspieße stecken. Die Bratwurstspieße auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit Olivenöl beträufeln.

Bei 200°C ca. 25 Minuten im Ofen backen, bis die Würstchen und das Gemüse leicht gebräunt sind. Du kannst die Spieße natürlich auch grillen!

Dazu passt super ein frischer grüner Salat und Baguette.

Spagetti mit Bolognesesoße

Zutaten:

- 350 g Spagetti
- 1 Möhre
- 1 kleine Zwiebel
- 350 g passierte Tomaten
- 200 g Rinderhackfleisch
- 1 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Spagetti in Salzwasser nach Packungsangaben kochen. Währenddessen:

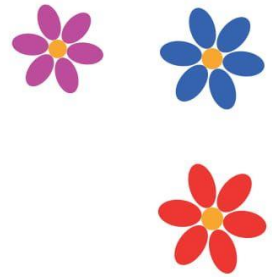
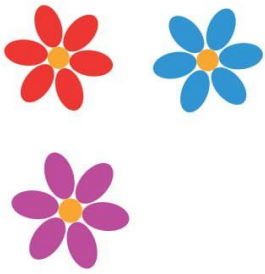
Schalotte klein schneiden und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne andünsten.

Bio-Hackfleisch dazugeben und anbraten, bis das Fleisch durch ist.

Möhre fein reiben und dazugeben. Abschließend die Tomatensauce hinzugeben, kurz aufkochen lassen und je nach Geschmack mit frischen Kräutern verfeinern

Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Du kannst auch noch Zucchini, Paprika oder anderes frisches Gemüse und Kräuter mit in die Sauce geben. Je nachdem, was dir gerade so schmeckt. Und mit ein bisschen Parmesan obendrauf, wird Deine Bolognesesoße zum italienischen Hochgenuss!



Bananenbrot

Zutaten:

- 3 reife Bananen
- 45 g Walnüsse
- 50 g Cashewnusskerne
- 2 Eier
- 100 g Apfelmark
- 195 g Weizenvollkornmehl
- 1 Pck. Backpulver
- 1 TL Zimtpulver
- Kastenform, diese muss eingefettet werden

Zubereitung:

Den Backofen auf 170 °C Umluft vorheizen. Die Kastenform mit etwas Butter oder Öl einfetten.

Die reifen Bananen schälen und mit einer Gabel zerdrücken. Die Nüsse leicht zerkleinern, so wie es für dich am besten ist.

Die Eier in eine große Schüssel geben und mit dem Handrührgerät luftig aufschlagen. Die zerdrückten Bananen und das Apfelmark zur Eimasse geben und alles auf niedriger Stufe kurz verrühren.

Weizenvollkornmehl und Backpulver vermengen, die Mischung über die Obst-Ei-Masse sieben und unterrühren. Die gehackten Nüsse und das Zimtpulver hinzufügen und ebenfalls unterrühren.

Den Teig in die Kastenform füllen und im heißen Ofen (auf der mittleren Schiene) etwa 45 Minuten backen. Mit einem Holzstäbchen kontrollieren, ob der Kuchen fertig ist.

Noch besser schmeckt das Bananenbrot, wenn du einen Schokoladenguss drüber gießt.

Ich hoffe, es hat alles geschmeckt! Zum Schluss noch unserer Abschlussegens:

Gott du bist innen und außen und um mich herum.

Gieß über mir deinen Segen aus, du sollst bei mir wohnen, ich bin dein Haus.

Uuuuund tschüss!!