

„Corona-Ideenplan“ vom Haus der Familie Guben e.V.



Werte Besucher, liebe Eltern, Großeltern und Kinder, aufgrund der aktuellen Lage, möchten wir Ihnen /euch ein paar Ideen an die Hand geben, um diese Zeit gut zu überstehen. Sei es bei spielerischen Angeboten für Kinder oder dem täglichen Zubereiten der Mahlzeiten. Mal ehrlich, irgendwann gehen ein die Ideen auch aus und man möchte ja nicht jeden Tag das gleiche machen. Somit möchten wir Ihnen/euch helfen, etwas Abwechslung in den Tag zu bekommen. Wir wünschen viel Spaß!

Wochenplan für den 18.05.-22.05.2020					
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Spiel,- Kreativ,- und Lernangebote	Hokuspokus	Kopfrechnen super schnell	Kreativität ist ansteckend! Lassen wir uns infizieren -2	Wimmelbuch „Die Nacht“	Punkt vor Strich Rechnung erklärt
	klick Video hier	klick Video hier	klick Video hier	klick Video hier	klick Video hier
	Spielidee Wie kann ich eine Farm bauen?	Schnittfähigkeiten und Engagement durch Spiel fördern	Unterstützende Entwicklung der kindlichen Feinmotorik	Wie baut man ein Sinneszelt für ein kleines Kind?	Kindern und Eltern Aktivitäten- lustig 😊 Lassen Sie sich überraschen!!!
	Anhang 1	Anhang 3	Anhang 5	Anhang 7	Anhang 9
Mittag	Aurorasofse mit Krabben, Lachs, Brokkoli und Nudeln	Currysoße für Currywurst	Kartoffelpuffer	Grillmarinade zum Fleisch einlegen	Spaghetti Bolognese
	Anhang 2	Anhang 4	Anhang 6	Anhang 8	Anhang 10

Anhang 1

https://www.pinterest.de/pin/811633164083477452/?e_t=77984826e8cb4af6b95ae68193419d0b&utm_source=31&utm_medium=2012&utm_campaign=polar_pins&utm_content=811633164083477452



<https://www.pinterest.de/pin/655555289494189712/>



CLEAN the DISHES

A Fun & Easy Sensory Bin



Aurorasauce mit Krabben, Lachs, Brokkoli und Nudeln

Was wird benötigt?

etwas Brokkoli

einige Krabben

etwas Lachs

6 Esslöffel Tomatenmark

3 Becher Sahne

Salz und Pfeffer

Oregano

Basilikum



Und so wird's gemacht!

Brokkoli, Krabben und Lachs (von allem je nach Belieben) in Olivenöl anbraten.

Dann die Sahne zugeben, umrühren und ein wenig kochen lassen. Danach das Tomatenmark dazugeben und wieder umrühren. Mit Salz, Pfeffer, Oregano und Basilikum nach Geschmack gut würzen.

Dazu Nudeln - entweder Makkaroni, Fussili, Penne oder Spagetti - servieren. Es sehr leicht zu machen und schmeckt einfach köstlich.

Bon Appétit!

Anhang 3

Schnitt Fähigkeiten und Engagement durch Spiel

https://www.pinterest.de/pin/389068855310734575/?e t=eed1b0db5bd444f29da07428a79b2998&utm_source=31&utm_medium=2012&utm_campaign=polar_pins&utm_content=389068855310734575



<https://www.pinterest.de/pin/850898923320003387/>



<https://www.pinterest.de/pin/117797346490375154/>

Paper Haircuts



Currysauce für Currywurst

Was wird benötigt?

- 1 Flasche Tomatenketchup, ca. 500 ml
- 2 kleine Zwiebel(n)
- 3 EL Balsamico, dunkel
- 2 EL Honig
- 2 EL Currypulver
- etwas Chilipulver oder Cayennepfeffer
- 1 Spritzer Sojasauce
- Olivenöl
- Tomatenmark
- Wasser



So wird's gemacht?

Die kleingeschnittenen Zwiebeln in Olivenöl glasig dünsten. Etwas Tomatenmark dazugeben und mit etwas Wasser ablöschen. Ketchup, Essig und Honig dazugeben und bei kleiner Hitze leicht köcheln lassen. Der Essig darf nicht zu schnell verdampfen. Dann die Sojasauce und die anderen Gewürze dazugeben. Gut umrühren, ggf. noch etwas Wasser dazugeben. Abschmecken, ob noch etwas Curry oder Chili dazu soll.

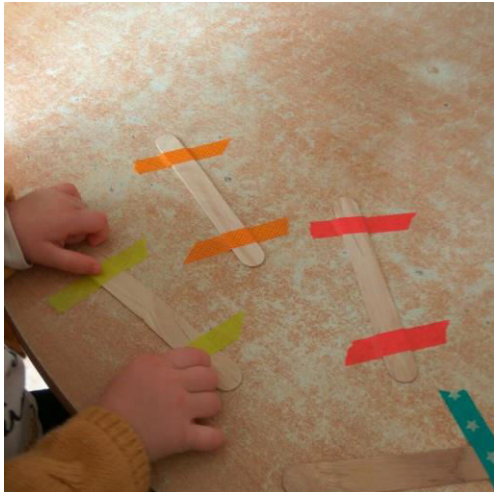
Als Grundlage für die „Curry“-Wurst nimmt man nach Berliner Art eine Brüh- oder Bratwurst.



Anhang 5

<https://www.pinterest.de/pin/742953269755402128/>

<https://www.pinterest.de/pin/742953269755402128/activity/tried>



<https://www.pinterest.de/pin/379146862374035426/>



Reibekuchen - Kartoffelpuffer

Was wird benötigt?

2 kg Kartoffel(n)

2 Zwiebel(n)

2 Eier

2 Teelöffel Salz

2 Esslöffel Mehl

Öl



Und so wird's gemacht?

Kartoffeln und Zwiebel schälen und mit der feinen Reibe der Küchenmaschine fein reiben.

Anschließend 1-2 Eier hinein, Salz und Mehl hinzufügen und schön verrühren.

In einer geölten Pfanne 10 cm große Kleckse machen und von beiden Seiten schön goldbraun braten.

Schmeckt am Besten mit Apfelmus.

Bon Appétit!

Anhang 7

<https://www.pinterest.de/pin/751045675347945257/>



Grill Marinade

Was wird benötigt?

- 1 große Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 50 ml Sojasauce
- Öl
- Salz und Pfeffer
- Paprikapulver
- evtl. Sesam
- evtl. Honig, 2 Esslöffel
- evtl. Chilipulver
- evtl. Tabasco



Und so wird's gemacht!

Die Zwiebel schälen und in Streifen oder Ringe schneiden. Den Knoblauch (wer mag, kann auch mehr nehmen) ebenfalls schälen und in kleine Stücke schneiden (oder auch durchpressen).

Das gewünschte Fleisch gut mit Salz, Pfeffer und dem Paprika würzen und in eine verschließbare Schüssel geben. Das Ganze mit den Zwiebeln und dem Knoblauch bedecken und mit Öl übergießen. Ich gieße so viel Öl darauf, bis das Fleisch komplett bedeckt ist. Nun gebe ich noch die Sojasauce hinzu und vermenge alle Zutaten gut miteinander. Dann kommt das Ganze verschlossen (oder abgedeckt) für mindestens 30 Min in den Kühlschrank.

Als Variation gebe ich je nach Lust und Laune entweder Sesamkörner, Honig, Chilipulver oder Tabasco hinzu.

Am zartesten wird das Fleisch, wenn es die ganze Nacht durchziehen kann. Natürlich kann man das Fleisch statt am Grill auch in der Pfanne braten.

Eignet sich für Schweinesteaks, Rind und Geflügel.

Anhang 9

<https://www.pinterest.de/pin/743938432186066759/>

Kindern und Eltern Aktivitäten- lustig 😊

Lassen Sie sich überraschen!!!

Spaghetti Bolognese

Was wird benötigt?

3	Zwiebeln
1 1/2	Knoblauchzehen
1 1/2	Lorbeerblatt
	Salz und Pfeffer, schwarzer
	Olivenöl
300 g	Hackfleisch vom Rind
1 1/2 Dosen	stückige Tomaten
6 EL	Tomatenmark
0,5 Liter	Brühe
	Paprikapulver \ Oregano \ Rosmarin
	Tymian
750 g	Spaghetti



Und so wird's gemacht!

Zwiebeln und Knoblauch sehr fein würfeln. In einer großen Pfanne das Gemüse mit Lorbeerblatt und Salz in Öl anbraten. Das Gemüse soll ruhig Farbe nehmen, dadurch schmeckt es aromatischer. Das Hackfleisch zugeben, kurz anbraten lassen und ablöschen, ich gebe immer einen guten Schuss dazu, aber das Ganze soll nicht schwimmen. Tomatenmark, Dosentomaten und Brühe zufügen und mit Salz, Pfeffer, Oregano, Thymian und Rosmarin und Paprika würzen. So lange köcheln lassen, bis eine pastenartige Masse entstanden ist. Soll die Soße flüssiger sein, kann man noch etwas Brühe zugeben.

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen und zusammen mit der Soße servieren. Evtl. noch frischen Parmesan darüber geben.

Wer es etwas pikanter mag, kann zu dieser Soße auch Chili-Bandnudeln essen. Wir finden, dass das auch sehr gut zusammenpasst.