

Prinzessinnen Bowls



Schneewittchens Apfel-Bowl

Zum Pürieren:

- 75 ml Apfelsaft
- 1 gefrorene Banane
- 150 g gefrorene Mango
- 4 Eiswürfel

Zum Belegen:

- Erdbeerscheiben
- Blaubeeren
- Ein halber Apfel

Arielles Tiefsee-Bowl

Zum Pürieren:

- 75 g gefrorene Blaubeeren
- 1 gefrorene Banane
- 50 g griechischer Joghurt
- 1 Spritzer Milch

Zum Belegen: Euer Lieblingsobst,
z.B. Kiwischeiben + Erdbeer-
scheiben + Sternfrucht



Teeparty mit Alice



Gurken-Sandwich- Ecken

Zutaten: 165 g Doppelrahmkäse, 4 TL frischer Dill, ¼ TL Zitronenabrieb, Salz, schwarzer Pfeffer, 3 kleine Gurken, 6 Scheiben Roggenbrot

So gehts: 1. Doppelrahmkäse, Dill, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Mit einem Gemüseschäler dünne Streifen von den Gurken hobeln und für das Roggenbrot passend zuschneiden.
2. Für jedes Sandwich eine Brotscheibe mit Käsemischung und Gurkenstreifen belegen und bis zum Servieren kalt stellen.

Euer Lieblingstee

Ob Kamille, Grüner Tee, Earl Grey,
Pfefferminz oder Früchtetee...
Schnappt euch euren Lieblingstee
und los geht die Teeparty mit Alice!

Teeparty mit Alice



Tomaten-Tartes der Herzkönigin

Zutaten: 2 TL Olivenöl, 1 kleiner Lauch (nur weiße und hellgrüne Teile, fein gehackt), 75 g Mini-Pflaumtomaten (klein geschnitten), 2 TL frisches gehacktes Basilikum, ¼ TL Salz, ¼ TL schwarzer Pfeffer, 1 Packung Blätterteig, 55 g Ziegenkäse, 1 Ei

So gehts: 1. Backofen auf 200°C vorheizen. In einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze Olivenöl erwärmen. Lauch hinzugeben und etwa 5 Minuten dünsten. In eine kleine Schüssel geben und mit Tomaten, Basilikum, Salz und Pfeffer vermengen, dann beiseitestellen.
2. Mit einem runden Ausstecher (6 cm) 18 Kreise aus dem Teig stechen.
3. Mit einem Teigstamper Vertiefungen in die Teigkreise drücken, wie bei einer Cupcake-Form. Ziegenkäse und Tomatenmischung gleichmäßig auf die Tartes verteilen. Jede Tarte mit einem Teigherz abdecken.
4. In einer Tasse das Ei mit 1 EL Wasser verquirlen und die Tartes damit bestreichen.
Etwa 12 Minuten goldbraun backen. Warm servieren.

