









Ute Krause

Luisa Zerbo

# Die Musketiere

Das große Kochbuch



Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,  
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns  
diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand  
zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage 2019

© 2019 cbj Kinder- und Jugendbuchverlag  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Lena Ellermann, Potsdam

Umschlag- und Innenillustration: Ute Krause

Fotos und Rezepte: Luisa Zerbo

cl · Herstellung: UK

Satz: Lena Ellermann, Berlin

Reproduktion: Lorenz & Zeller, Inning a.A.

Druck: DZS Grafik d.o.o., Ljubljana

ISBN 978-3-570-17704-4

Printed in Slovenia

[www.cbj-verlag.de](http://www.cbj-verlag.de)

# Inhalt

Kochen mit Kindern .....	8
Diese Werkzeuge helfen dir beim Kochen .....	9
Die Muskeltiere – Retter in der Not .....	12
Süße Überraschungen .....	26
Das Lied der Ratten .....	37
Frau Fröhlichs Feinkostengeschäft .....	48
Die Mäuschöhle .....	49
Käsige Köstlichkeiten .....	58
Frau Fröhlichs Käsetheke .....	70
Käsekunde für Schleckermäuse .....	78
Register .....	88



# Kochen mit Kindern

Die Muskeltiere sind echte Feinschmecker und freuen sich jeden Abend über einen gut gefüllten Müllsack aus Frau Fröhlichs Feinkostladen. Darin finden sich nämlich viele Überbleibsel der süßen und salzigen Köstlichkeiten, die Frau Fröhlich für ihre Gäste kocht.

Vielleicht hast du beim Lesen der Muskeltier-Geschichten auch Lust bekommen, den Kochlöffel zu schwingen und selbst etwas Leckeres zu kochen? In diesem Buch findest du viele Lieblingsrezepte der Muskeltiere, die du nachkochen kannst. Lass dir bei allen Rezepten von einem Erwachsenen helfen, denn nicht jedes Gericht ist kinderleicht zuzubereiten. Und wer am heißen Herd oder mit scharfen Messern hantiert, braucht nicht nur Übung und Erfahrung, sondern manchmal auch ganz schön Kraft.

Lass dir auch ein paar Kniffe und Tricks zeigen, mit denen das Kochen gleich viel einfacher wird. Dann macht es richtig viel Spaß, und du traust dich vielleicht sogar, bei einigen Rezepten zu experimentieren und neue Zutaten auszuprobieren. Auf jeden Fall aber darfst du richtig stolz auf dich sein, wenn du deiner Familie oder deinen Freunden eine leckere Mahlzeit servierst. Denn selbstgekocht schmeckt am besten und gemeinsam essen macht glücklich!





# Diese Werkzeuge helfen dir beim Kochen

## Die Küchenmesser:

Küchenmesser brauchst du zum Schnippeln von Obst und Gemüse. Am besten gibt es in deiner Küche davon mehrere in verschiedenen Größen. Kleine für zarte Früchte wie Erdbeeren oder zum Zwiebel- und Knoblauchschnneiden und ein großes für große Dinge mit harter Schale wie Kürbis oder Wassermelone. Pass aber gut auf: Alle Küchenmesser sind sehr scharf, deshalb solltest du das Schneiden erst mit weichem Obst und Gemüse wie Gurke oder Apfel üben.



## Der Sparschäler:

Mit dem Sparschäler kannst du leicht die Haut von Obst und Gemüse abschälen. So verschwendest du nichts von deinen Lebensmitteln und er ist einfacher zu handhaben als ein Küchenmesser.

## Das Schneidebrett:

Benutze zum Schneiden immer ein festes, rutschfestes Brett als Unterlage.

## Das Handrührgerät:

Mit dem elektrischen Handrührgerät schlägst du Sahne oder rührst Quark oder Teig an. Alternativ kannst du auch einen Schneebesen benutzen, aber das kostet viel mehr Kraft und Zeit.

## Töpfe und Pfannen:

Für jedes Gericht gibt es den passenden Topf oder die richtige Pfanne. Verwende zum Beispiel für Pfannkuchen eine beschichtete Pfanne, zum Kochen von Nudeln brauchst du einen großen Topf, in den viel Wasser passt. Lass dir bei der Auswahl der richtigen Geräte helfen.



## Topfhandschuhe:

Benutze zum Anfassen von heißen Kochgeräten wie Töpfe, Pfannen oder Backbleche immer Topfhandschuhe in der passenden Größe, sonst kannst du dich leicht verbrennen.



## Kochlöffel, Schaumkelle und Pfannenwender:

Mit dem Kochlöffel kannst du von der Suppe bis zum Teig alles verrühren, was heiß oder schwer und klebrig ist. Durch den langen Stiel und den großen Löffel ist er besser zu handhaben als ein Esslöffel. Mit dem Pfannenwender wendest du Bratstücke in der Pfanne, ohne dass sie zerfallen. Mit dem Schaumlöffel kannst du größere Stücke wie die Samosas oder Klöße vorsichtig aus heißem Wasser oder Fett heben.



## Die Vierkantreibe:

Sie hat vier verschieden grobe Reibeseiten, mit denen du Gemüse wie Zucchini, Karotten und Kartoffeln oder Käse reiben kannst. Achte darauf, dass die Reibe einen festen Stand hat und reibe das Gemüse oder Käsestück nicht bis zum Ende, denn die Reibe ist sehr scharf.

## Die Waage:

In den Rezepten sind meist genaue Mengen angegeben. Doch wie viel sind 500 g Mehl? Damit du nicht falsch liegst, solltest du alle Zutaten mit der Küchenwaage abwägen. Es gibt mechanische Küchenwaagen, bei denen ein Zeiger die aufgelegte Menge anzeigt, oder digitale Küchenwaagen, wo du die aufgelegte Menge in einem Display angezeigt bekommst.

