

# Das große Freundefrühstück

Mini-Milch-Buch



Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen e.V.



Herausgeber: Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen e.V.

Erzählung: Maria Anna Leenen

Illustrationen: Bettina Kumpe



# Das große Freundefrühstück

Mini-Milch-Buch

Mein Name: \_\_\_\_\_



JALIL



MORITZ



FELIX



MIA

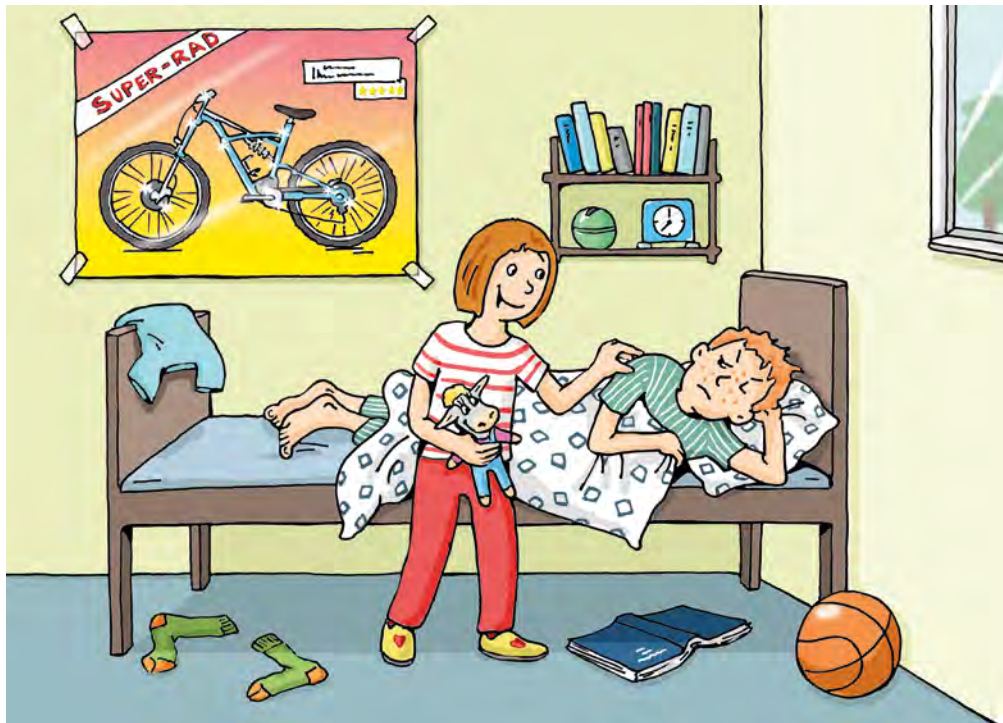


EMMA



PAUL





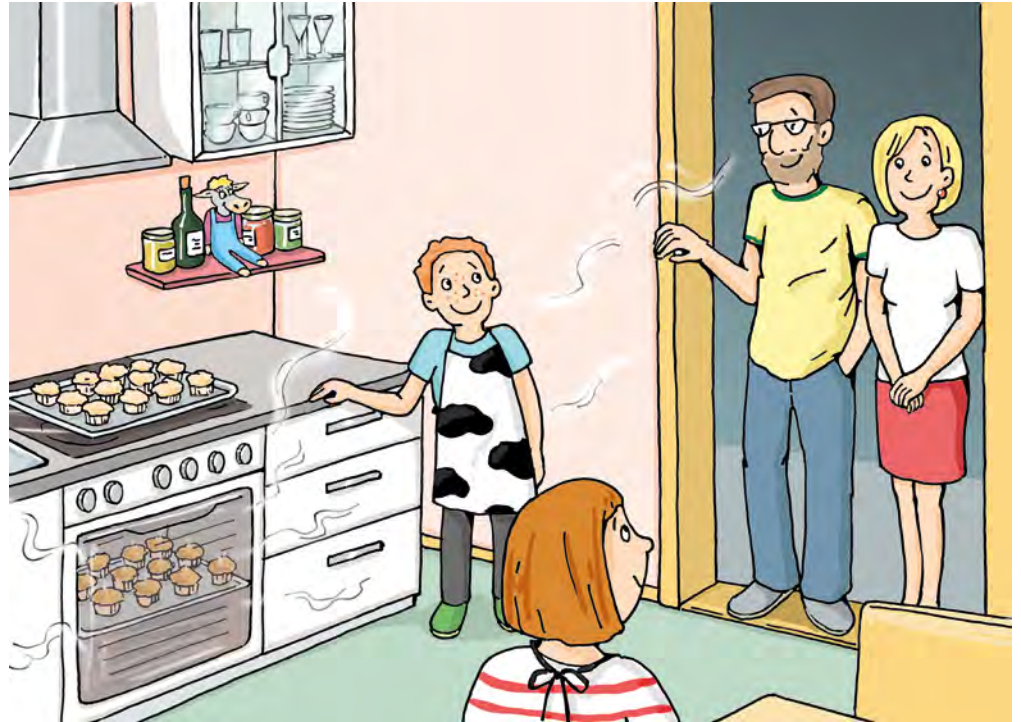
Mia rennt in Moritz Zimmer und rüttelt ihn kräftig an der Schulter. „Los, steh auf!“, sagt sie. Moritz brummt. Dann zieht er sich die Bettdecke über den Kopf. Mia rüttelt ihn noch einmal. „Aufstehen! Es ist schon spät! Wir wollten heute doch Frühstück machen.“ Mia ist schon angezogen. Moritz blinzelt unter der Decke hervor. Er ist noch müde. Gestern haben sie zusammen mit vielen Freunden seinen zehnten Geburtstag gefeiert. Einige Kinder haben bei ihnen übernachtet. Jetzt wollen alle Freunde zusammen frühstücken.

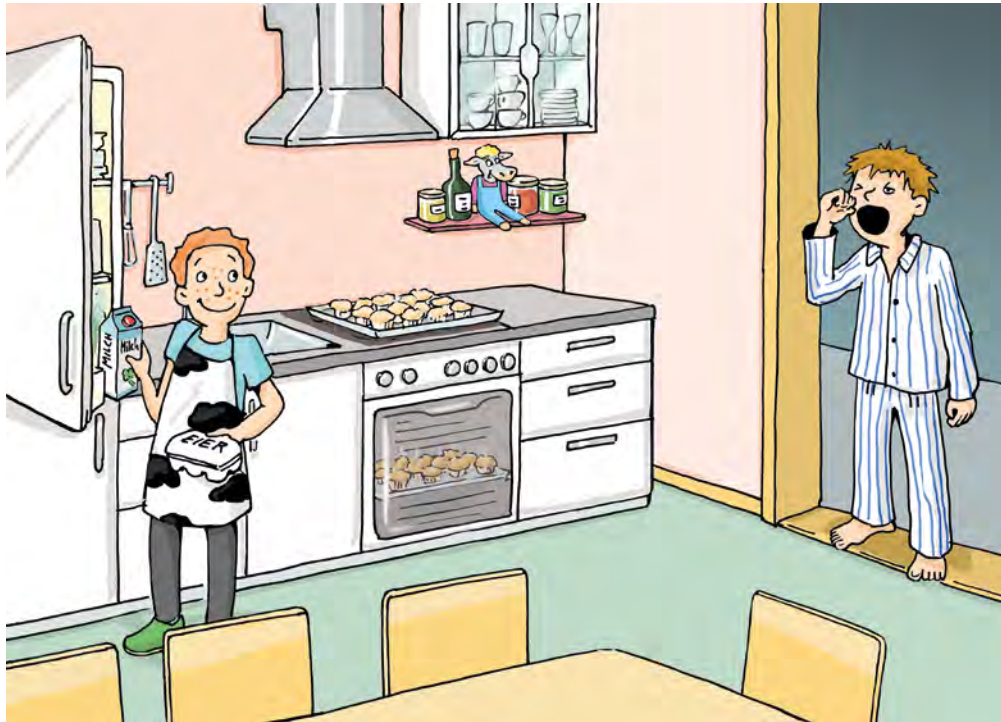
Eine Viertelstunde später stehen Mia und Moritz in der Küche. Sie haben beide eine Schürze um und Mia lacht. „Du siehst witzig aus“, sagt sie zu ihrem Bruder. Aber Moritz bleibt cool. „Lieber eine Schürze um den Bauch als hinterher Joghurt auf meiner Lieblingsjeans“, meint er.





In der Tür stehen ihre Eltern. Mama fragt: „Sollen wir euch nicht doch lieber helfen?“ Mia und Moritz schütteln energisch den Kopf. „Nein!“, sagen sie, „das können wir allein.“ Mama nickt. „Na gut. Aber denkt daran: Die Quarkmuffins sind schon im Ofen. Sie dürfen nur noch 20 Minuten backen. Dann müsst ihr sie aus dem Ofen holen.“ Hinter den Eltern klappt die Haustür ins Schloss.





Moritz holt aus dem Kühlschrank eine Packung Eier, einen Liter Milch und die Frischhaltedose mit dem Käse. „Uuuuaaaahhh“. Felix gähnt laut. Er steht in seinem gestreiften Schlafanzug in der Küchentür und reibt sich verschlafen die Augen. „Oh, ihr macht schon Frühstück?“ Moritz stößt ihn in die Seite. „Ja, und du kannst helfen. Los, zieh dich an! Dann darfst du das Rührei machen.“ Felix grinst. „Super!“

Auch Emma ist aufgestanden. Sie hat ihr gepunktetes Kleid angezogen und ihre langen blonden Haare zu Zöpfen geflochten. „Darf ich auch helfen?“, fragt sie. Mia schiebt ihr eine Packung Quark zu und eine Schüssel mit verschiedenen Früchten. „Ja, kannst du einen leckeren Früchtequark machen? Einen Rührlöffel findest du in der Schublade.“







Jalil, der beste Freund von Moritz, kommt in die Küche. Er hat braune Locken, die aber noch ganz strubbelig sind. „Guten Morgen“, sagt er, „ihr seid ja fleißig. Was kann ich machen?“ Moritz grinst ihn an. „Du kannst beim Tisch decken helfen.“

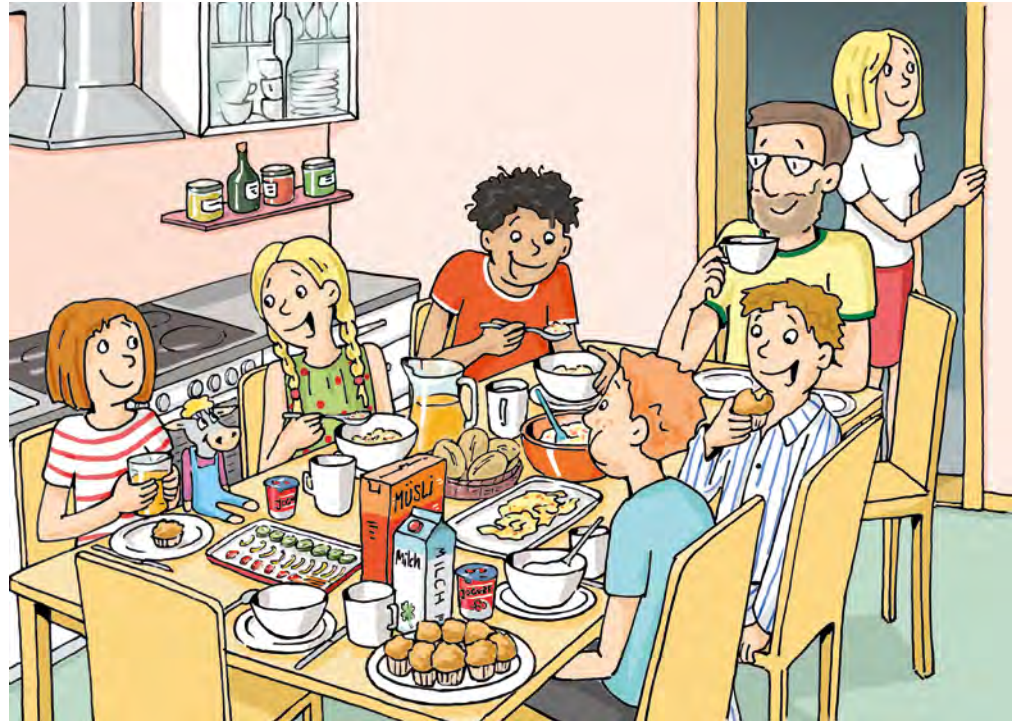
Mia ist neugierig. „Du Jalil“, fragt sie, „kennt ihr in Syrien auch Frühstück?“ Jalil nickt. „Frühstück ist bei uns sehr wichtig. Wir essen immer in Ruhe und es gibt ganz viele verschiedene Dinge. Zum Beispiel Grießbrei mit Käse, Fladenbrot und süßen Tee.“ Mia lächelt. „Das hört sich lecker an! Vielleicht machen wir nächstes Mal ein syrisches Frühstück?“ Jalil schaut bei Felix in die Schüssel. „Hm, Rührei! Das kennen wir auch. Ich mag das sehr gern.“ Er tippt Moritz an. „Ich habe noch eine Idee. Lass uns noch Tomaten, Gurken und Paprika nehmen. Das schmeckt gut und ist sehr gesund.“ Moritz nickt und Mia und Jalil fangen sofort an, das Gemüse klein zu schneiden.





„Wo ist eigentlich Paul?“, fragt Emma. Die anderen Kinder lachen und rufen. „Wenn der nicht bald aufsteht, verpasst er das weltbeste Freundefrühstück!“ Plötzlich rümpft Mia ihre Nase. Sie schnuppert und verzieht das Gesicht. „Irgendwas riecht hier komisch“, meint sie. „Oh nein, die Quarkmuffins“, schreit Moritz und rennt zum Backofen. Er zieht die Ofenhandschuhe an und holt das Blech heraus. O je, alle Muffins sind oben ganz dunkel geworden. „Mist! Was machen wir denn jetzt?“ Alle Kinder überlegen. Dann pfeift Felix vergnügt: „Ich weiß“, sagt er. „Die Muffins sind doch nur oben dunkel. Das schneiden wir ab und streichen einfach etwas von dem Früchtequark darauf.“ Gute Idee! Emma meint: „Wir haben ja noch ein Blech Quarkmuffins. Das schieben wir jetzt in den Ofen und stellen uns einen Wecker.“

Während Felix die Muffins bestreicht, holt Moritz noch das Müsli und den Joghurt und stellt alles auf den Tisch. Da kommen auch schon die Eltern vom Spaziergang zurück. „Das habt ihr aber toll gemacht“, sagt der Vater. Alle setzen sich zusammen an den großen Tisch und freuen sich auf die leckeren Sachen. „Mensch, Paul fehlt noch“, ruft Moritz. „Der verschläft glatt das Frühstück.“ Die Kinder lachen und Mama steht auf. „Ich wecke ihn“, sagt sie. „Fangt ihr ruhig an. So ein leckeres Freundefrühstück darf man nicht warten lassen.“





# Rezept Quarkmuffins

## Zutaten für 12 Portionen:

500g Magerquark

2 Eier

2 EL Grieß

½ TL Backpulver

100 g Butter (weich)

170 g Zucker

1 PK Vanillezucker

1 PK Vanillepuddingpulver

etwas Zitronensaft

12 Muffinförmchen



## Zubereitung:

Ofen auf 180 Grad Umluft (200 Grad Ober- und Unterhitze) vorheizen. Alle Zutaten miteinander vermengen, den Teig in Muffinförmchen füllen und die Muffins für ca. 30-40 Minuten im Ofen backen.

## Tipp:

Nachdem die Muffins abgekühlt sind, können sie nach Wunsch dekoriert werden.



# Rätsel

Wen lädst du ein zu Brot und Kuchen?

Wer darf dich gern zu einem Käsebrod besuchen?

Wer darf mit dir das Rührei braten

und Quark vermischen mit dem Obst aus Opas Garten?

Wem schenkst du Milch ins Glas hinein

und gibst ihm Joghurt für sein Müsli fein?

Machst du das einfach so mit aller Welt?

Oder nur mit dem, der für dich wirklich zählt?

**Wen suchen wir, mit dem du so gemütlich frühstücken würdest?**

Lösung: Freunde

## Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen e.V.

Seelhorststraße 4

30175 Hannover

Telefon: 0511 – 856 53-0

Telefax: 0511 – 856 53 98

landesvereinigung@milchland.de

Gertrudenstraße 24

26121 Oldenburg

Telefon: 0441 – 973 82-0

Telefax: 0441 – 973 82 29

lv.ol@milchland.de



