

# So wird es gemacht: Grittibänze

**Grittibänze erfreuen nicht nur Kinder, sie sind auch für Erwachsene ein Genuss.**

**Mit der bebilderten Schritt-für-Schritt-Anleitung gelangen die feinen Kerlchen selbst weniger geübten Bäckerinnen und Bäckern problemlos.**



**1** Den aufgegangenen Teig nicht mehr kneten.



**2** Teig vierteln, wenig davon für die Verzierung beiseite legen, jeden Viertel zu einer ovalen Form drehen, dabei den Teig einrollen und die Oberfläche glatt ziehen.



**3** Für den Kopf auf beiden Seiten der Teigrollen mit dem Teighorn je ein Dreieck herausschneiden, für Arme und Beine Teig einschneiden.



**4** Verzierungen: Sultaninen, Nüsse usw. tief in den Teig drücken, mit restlichem Teig Verzierungen formen wie Halstuch, Mütze, Gurt usw., Verzierungen mit wenig Wasser ankleben, für Haare mit einer Schere Zacken in den Kopf schneiden.



**5** Grittibänze auf mit Backpapier belegten Blechrücken legen, mit verklopftem Ei bestreichen, in die untere Hälfte des kalten Ofens schieben, Ofen auf 200 °C einschalten. Backzeit: 30–40 Minuten.



**6** Backprobe: Der Grittibänz ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl tönt.

Haben Sie Fragen, Probleme oder sonst ein kulinarisches Anliegen?

Schweizer Milchproduzenten SMP  
Redaktion LE MENU  
Weststrasse 10, 3000 Bern 6  
Telefon 031 359 57 59  
lemenu.redaktion@swissmilk.ch

# Grittibänze

Für 4 Stück

Backpapier für das  
Backblech

Teig:

500 g Mehl,  
z. B. Zopfmehl

1/2 EL Salz

2 TL Zucker

75 g Butter, weich

1/2 Würfel Hefe (21 g),  
zerbröckelt

2,75 dl Milch, lauwarm

Verzierungen:

Haselnüsse,  
Baumnüsse,  
Sultaninen,  
Hagelzucker

1 Ei verknüpft,  
zum Bestreichen

Teigzubereitung:

Für den Teig Mehl, Salz und  
Zucker mischen, eine Mulde  
formen.

Butter in kleinen Stücken in die  
Mulde geben.

Die Hefe mit 0,5 dl Milch auflösen,  
mit der restlichen Milch in die Mulde  
giessen. Alles zu einem Teig zusam-  
menfügen.

Teig kneten, bis er weich und ela-  
stisch ist, mindestens 10 Minuten.  
(Beim Aufschneiden mit einem  
Messer sollen kleine Luftblasen  
sichtbar sein.)

Teig in der Schüssel unter einem  
aufgeschnittenen Plastikbeutel bei  
Zimmertemperatur auf das Doppel-  
te aufgehen lassen.

## GRITTIBÄNZE MIT VANILLE UND DÖRRFRÜCHTEN

Abwechslung ist angesagt, auch bei den Grittibänzen! Mit ganz wenigen zusätzlichen Zutaten und Arbeitsschritten lässt sich aus dem klassischen Grittibänz ein würziger Kollege backen.

Zusätzliche Zutaten und Arbeitsschritte zum Grundrezept:

1 Vanillestängel, längs  
aufgeschnitten

Milch mit Vanillestängel aufkochen, leicht  
auskühlen lassen. Milch wie im Grundrezept  
weiterverarbeiten.

1 Msp Kardamom

1 Msp Sternanis

Zum Mehl, Salz und Zucker die Gewürze  
beigeben.

1 EL getrocknete Aprikosen,  
fein gehackt

1 EL getrocknete Pflaumen,  
fein gehackt

1 EL getrocknete Birnen,  
fein gehackt

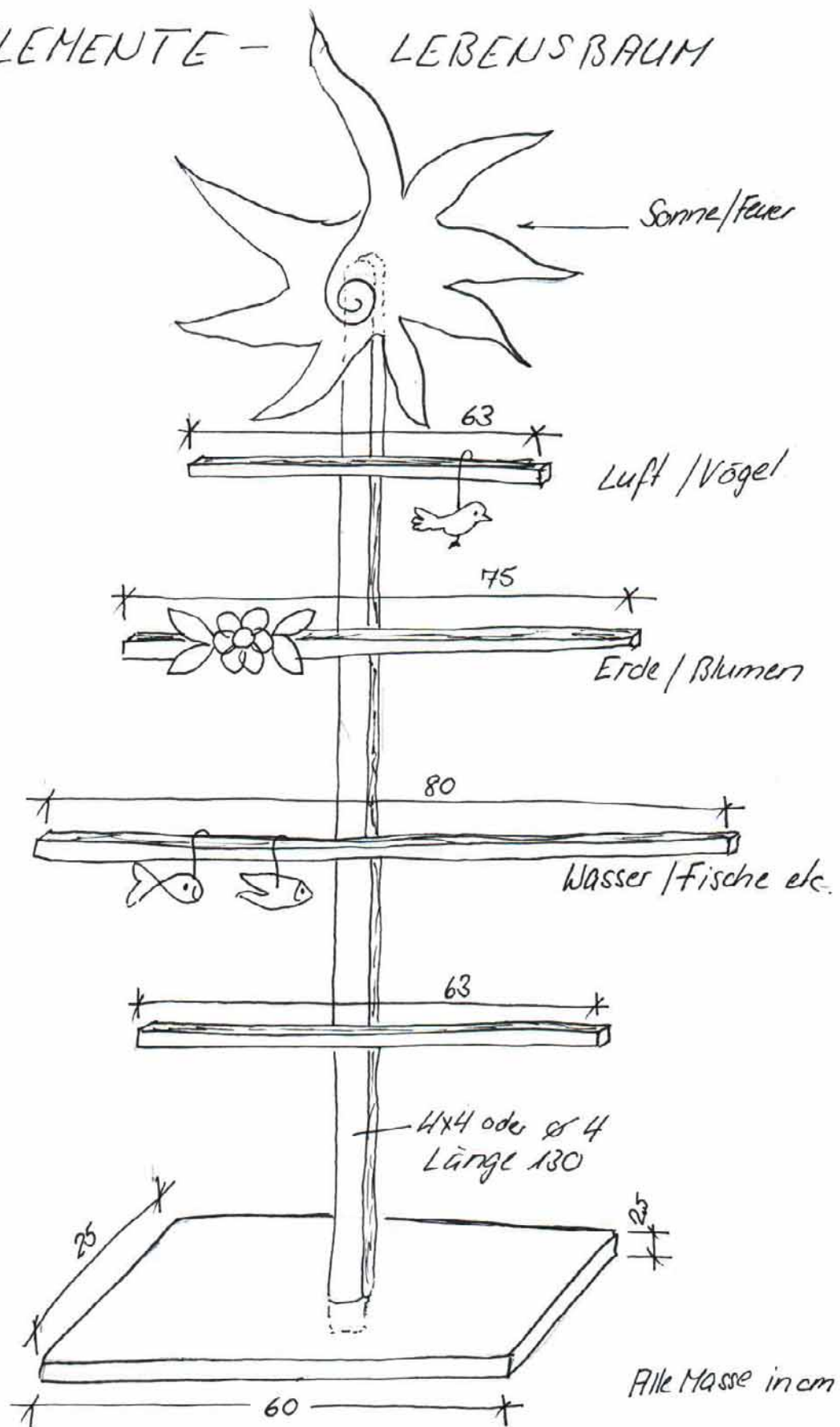
Die Früchte unter den Teig kneten.  
Teig wie im Grundrezept weiterverar-  
beiten.



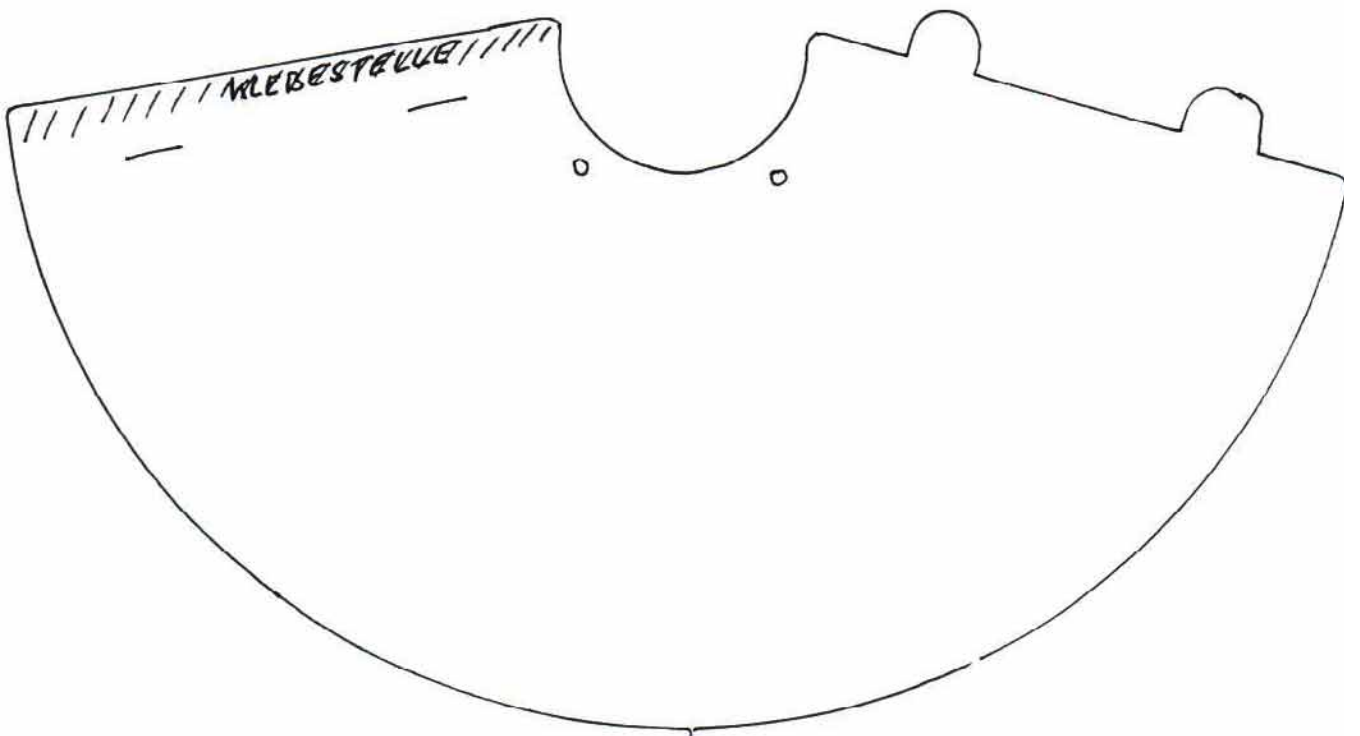
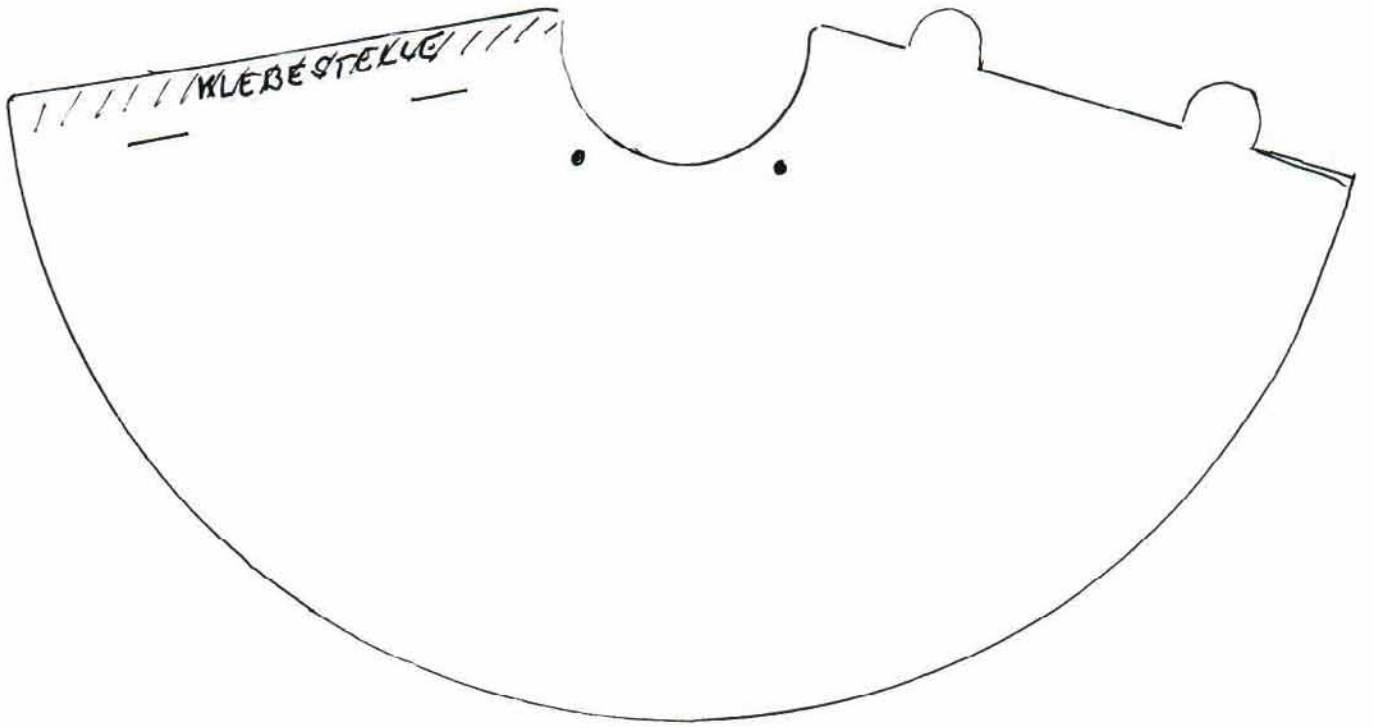
Jerusalem



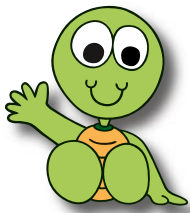
# ELEMENTE - LEBENSBAUM











Das Kinder-Sonntagsblatt «KinSo» erscheint 8-mal im Jahr. Es richtet sich an 5- bis 12-Jährige und bietet spannende Geschichten, lustige Spiele zum Mitmachen, knifflige Rätsel und vieles mehr.

Es ist uns wichtig, die Kinder anzuregen, selbst aktiv zu werden und nicht nur zu konsumieren. Deshalb gibt's in jedem Heft eine Seite voller Brieffreundschaften und den KinSo-Klub mit speziellen Aktivitäten.

Bestellen Sie das Heft beim KiK-Verband (Chileweg 1, 8415 Berg am Irchel, Tel. 052 318 18 32, E-Mail sekretariat@kik-verband.ch) zu Fr. 18.50 pro Jahr (ab 10 Ex. nur Fr. 14.-). Wir schicken gerne Probeexemplare!



## KinSo 6/06: «Herbst im Garten»



Herbst – die Zeit der Ernte, des Erntedanks und der Vorbereitung für den Winter. Auch das Eichhörnchen auf unserem Titelbild spürt den Herbst. Weil es keinen Winterschlaf hält, sammelt es nun Vorräte.

Auch im zweiten Heft aus unseren «Vier Jahreszeiten» besuchen Nick und Sophie ihren Onkel Emil und lassen sich von ihm für all die grossen und kleinen Wunder aus Gottes Schöpfung begeistern.

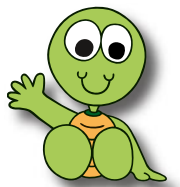
Unser biblischer Beitrag geht darauf ein, dass die Zeit der Ernte immer auch die Zeit des Dankes an Gott und des Teilens ist. Hierzu passt auch das Gedicht des «Herrn von Ribbeck» hervorragend.

Die folgenden Anregungen sind für den praktischen Einsatz der Kinderzeitschrift im Religionsunterricht, in der Sonntagschule, an Kindertreffs und Plauschnachmittagen gedacht.



Der grosszügige «Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland» (Gedicht von Theodor Fontane) findet sogar einen Weg, die Kinder über seinen Tod hinaus noch mit Birnen zu beschenken.

# Das KinSo im Einsatz



## Das KinSo im Einsatz

### ... mit einem Erntedank-Fest

Obwohl es bei uns viele Früchte das ganze Jahr über zu kaufen gibt, ist der Herbst eine besondere Zeit. Vielleicht nehmen Sie das zum Anlass, mit den Kindern einen kleinen Dankgottesdienst zu feiern, evtl. gar gefolgt von einer «Früchte-Teilete»? Als Ergänzung eignen sich auch die beiden Herbst-Spiele aus dem KinSo.

### ... mit einem Drachen

Im Herbst ist der Wind besonders geeignet, um Drachen steigen zu lassen. Und während die Luft als Symbol für Gottes Gegenwart für einige Kinder noch etwas abstrakt ist, kann die Kraft des Windes anhand eines Drachens sehr gut veranschaulicht werden. Genau wie Gott ist der Wind unsichtbar, aber wir können seine Wirkung spüren!

In diesem Heft liefern wir eine Anleitung, wie ein Drache mit einfachsten Mitteln selbst hergestellt werden kann. Die ausführliche Beschreibung können Sie aus dem Internet herunterladen ([www.kinso.ch/downloads](http://www.kinso.ch/downloads)).

### ... mit einem Ratespiel



Früchte, Gemüse, Pilze etc. sind dankbare Objekte für ein Activity-Spiel (erweitertes «Montagsmaler»). Zuerst würfelt der «Maler», ob er den zu erratenden Begriff zeichnen (ungerade Zahlen) oder beschreiben (gerade Zahlen) muss. Sie als Spielleiter/in können mit der Vorgabe der Begriffe auf einfache Weise spontan auf die Fähigkeiten und Möglichkeiten des jeweiligen Malers eingehen. Eine Banane ist leicht zu zeichnen, ein

Pfirsich schon schwieriger. Beim Beschreiben können Sie einem älteren Kind – wie beim Spiel «Tabu» – einige Wörter vorgeben, welche es nicht verwenden darf. Bei der Banane könnten das z. B. «gelb» und «krumm» sein.

### ... mit einem Gedicht



Das bekannte Gedicht «Herr von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland» von Theodor Fontane haben wir in seiner ursprünglichen Fassung von 1889 abgedruckt. Die Kinder werden nicht alle Wörter kennen und evtl. etwas Hilfe benötigen, um den genialen Plan des sterbenden Birnenspenders zu verstehen. Ein passender Abschluss könnte sein, dass jedes Kind eine (halbe) Birne essen darf.

Die Geschichte ist ein Beispiel dafür, wie bei vielen Menschen das christliche Gedankengut den Alltag prägt.

Den Birnbaum aus dem Gedicht gab es übrigens wirklich! Informationen dazu finden Sie im Internet, z. B. unter [www.vonribbeck.de](http://www.vonribbeck.de).

### ... mit einem Bhaltis



Zu den Jahreszeiten ist beim KiK-Verband eine KinSo-Kleber-Serie erhältlich (geeignet zum Sammeln)! Vier Kleber bilden einen «Jahreskreis».

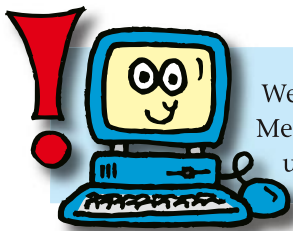
*Aus dem Herbst-Quiz: Hätten Sie's gewusst?*

**Wo werden weltweit die meisten Äpfel angebaut?**

- a USA
- b Schweiz
- c China

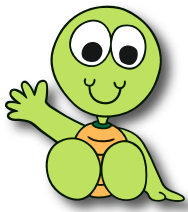


Lösung: c



Weitere Informationen zum Heft, Berichte, Spiele, Witze, Mitmach-Abenteuer, ein Meinungs-Forum und, und, und! Das gibt es im Internet unter [www.kinso.ch](http://www.kinso.ch) und [www.kiki.ch](http://www.kiki.ch) – alles gewaltfrei, werbefrei und kindertauglich!





Das Kinder-Sonntagsblatt «KinSo» erscheint 8-mal im Jahr und bietet Ethik für Kinder, mit spannenden Geschichten, Spielen, Rätseln und vielem mehr. Es richtet sich an Mädchen und Knaben von 6 bis 9 Jahren, wird aber auch von älteren gerne in die Hand genommen.

Das KinSo regt die Kinder an, selbst aktiv zu werden und nicht nur zu konsumieren. Deshalb gibt es in jedem Heft auch Bastel-, Rezept- und Mitmach-Ideen.

Bestellen Sie das Heft beim KiK-Verband (Chileweg 1, 8415 Berg am Irchel, Tel. 052 318 18 32, oder direkt über [www.kik-verband.ch](http://www.kik-verband.ch)) zu Fr. 25.– pro Jahr (ab 10 Ex. nur Fr. 14.–). Wir schicken gerne Probeexemplare!



## KinSo 1/12: Geheimnisse

Ein Geheimnis zu haben, kann wunderschön sein: ein Geheimversteck, ein geheimer Treffpunkt, eine Überraschung... Oder sogar eine geheime Schrift, die nur die engsten Freunde schreiben und lesen können!

Es gibt aber auch schlechte Geheimnisse. Das sind die, die einen bedrücken und belasten. Zum Beispiel, wenn man etwas Verbotenes gemacht hat. Schlechte Geheimnisse muss man unbedingt jemandem erzählen! Das merkt auch Beni in der KinSo-Geschichte «Der neue Computer»: Nur so kann er seine Last loswerden.

Wie immer beleuchtet das KinSo sein Thema von verschiedenen Seiten und bietet den jungen Leserinnen und Lesern Spannendes, Lustiges

und Rätselhaftes. Mit Kikis «Geheimgang-Spiel», Tipps fürs «Geheimniskrähern» und viel Material zum Herunterladen!

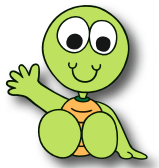
Das KinSo kann den Kindern gut als Bhaltis mitgegeben werden. Und es eignet sich für den Religionsunterricht, die Sonntagschule, für Kindertreffs und Plauschnachmittage. Auf der nächsten Seite finden Sie einige Ideen dazu.

«Die Retterin aus Jericho» (nach Josua 2):

*Wir haben uns gerade auf dem Dach der Herberge versteckt, als die Soldaten des Königs an die Tür poltern: «Rachab, mach auf! Wir wissen, dass zwei Spione bei dir sind! Gib sie uns heraus!»*

*Mit pochendem Herzen lauschen wir, was nun geschieht. Wird Rachab uns verraten? Dann hätte unsere letzte Stunde geschlagen! Denn für Spione kennt der König keine Gnade. Heute Morgen, als Josua uns aussandte, die feindliche Stadt Jericho auszukundschaften, sind wir mutig losgezogen. Und jetzt klappern uns vor lauter Angst die Zähne!*





## Das KinSo im Einsatz

### ... mit einer Geschichte

Die Bilder zur Geschichte «Der neue Computer» sind unter [www.kinso.ch/downloads](http://www.kinso.ch/downloads) als Zeigebilder verfügbar.

Sie können die Bilder während dem Erzählen zeigen. Oder Sie verteilen sie nach der Geschichte den Kindern. Als Vertiefung erzählt dann der Reihe nach jedes Kind, was auf seinem Bild passiert.

### ... mit einer Geheimschrift

Mit den Tipps aus dem KinSo können die Kinder leicht eigene Geheimschriften erfinden und verschlüsselte Texte schreiben. Im Internet unter [www.kinso.ch/geheimschrift](http://www.kinso.ch/geheimschrift) können Sie mit der Geheimschriften-Maschine per Knopfdruck für jede Gruppe eine eigene Schrift erzeugen und auch automatisch Nachrichten verschlüsseln lassen.

Oder verteilen Sie allen Kindern dieselbe Geheimschrift auf einem Blatt. Damit lassen sich viele Spielformen umsetzen. Zum Beispiel:

- Schreiben Sie einige verschlüsselte Wörter an die Tafel. Wer eins herausgefunden hat, darf die «Übersetzung» dazu schreiben. (Wenn die Wörter verschieden lang sind, werden alle Kinder gefordert!)
- «Geheim-Telefon»: Jedes Kind schreibt ein Wort auf einen Zettel und gibt ihn weiter. Das nächste Kind übersetzt das Wort in Geheimschrift und gibt den Zettel weiter. So wird das Wort einige Male hin und her übersetzt. Kommt am Schluss das richtige heraus?
- «Geheimschriften-Stafette»: Immer zwei Kinder bilden eine Gruppe und sitzen einander

so gegenüber, dass sie nicht abschreiben können. Beide erhalten eine unterschiedliche kurze Nachricht, die sie verschlüsseln müssen. (Dazu können sie auch ihre eigene Geheimschrift verwenden!) Dann tauschen sie die geheime Nachricht aus und übersetzen, was ihr Gegenüber verschlüsselt hat. Welche Gruppe hat zuerst die Nachrichten fehlerfrei übermittelt?

Die Kinder lieben es auch, wenn Sie auf die Einladungen zu den Kindertreffs etwas Kurzes in Geheimschrift schreiben, so dass die Eltern es nicht lesen können! (Mit der Geheimschriften-Maschine unter [www.kinso.ch/geheimschrift](http://www.kinso.ch/geheimschrift) sind die Texte ruck-zuck verschlüsselt.)

### ... mit einem Gespräch

- Wem würdest du ein Geheimnis anvertrauen? Was macht jemanden vertrauenswürdig?
- Was sind «gute Geheimnisse»? Und was sind «schlechte Geheimnisse»?
- Was kannst du tun, wenn du ein schlechtes Geheimnis erfährst? Und wenn jemand sagt: «Sag's nicht weiter, sonst geht's dir schlecht!»?

### ... mit einem Gruppenspiel

Jedem Kind wird mit Klebeband ein Zettel mit einem Tierbild an der Stirn befestigt. (Bei größeren Kindern kann geschrieben werden. Es darf für sie auch ein Gegenstand oder eine bekannte Person sein.)

Nun laufen alle im Raum herum und versuchen mit Fragen, die nur mit Ja oder Nein beantwortet werden dürfen, herauszufinden, wer oder was sie «sind». Wer es erraten hat, darf sich einen neuen Zettel aufkleben lassen.



Weitere Informationen zum Heft, Spiele, Witze, Mitmach-Abenteuer, ein Meinungs-Forum und, und, und! Das gibt es im Internet unter [www.kinso.ch](http://www.kinso.ch) und [www.kiki.ch](http://www.kiki.ch) – alles gewaltfrei, werbefrei und kindertauglich!