

TV LEMGO
IDEEN-TRIO
ZUM
WOCHENENDE

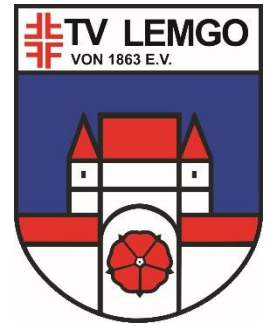
SOCKEN-BOWLING

FLIEGEN-RENNEN

CHEESBURGER MUFFINS



SOCKEN-BOWLING



Material:

- zusammengewickeltes Sockenpaar oder ein Ball
- 10 leere Plastikflaschen

Anleitung:

Man stellt die 10 Flaschen in Bowling- Aufstellung (erst 1 Pin, dann 2, dann 3, dann 4) auf den Boden oder den Tisch und probiert mit dem Sockenpaar die Flaschen umzubowlen.

Alternativ kann man das Spiel auch im Garten in der großen Variante spielen. Hierzu nimmt man statt dem Sockenpaar einen Ball. Wenn die Flaschen im Gras nicht stehen bleiben wollen, kann man sie mit etwas Wasser füllen.

Spielvariationen:

- 1) Wie viele Versuche brauchst du, um alle Flaschen umzubowlen? Versuchen diese zu unterbieten oder spielt gegeneinander
- 2) Challenges machen z.B. versuchen, nur eine Flasche umzubowlen, dann 2, dann 3 usw.
- 3) Mit verbundenen Augen oder mit der „schwachen“ Hand bowlen





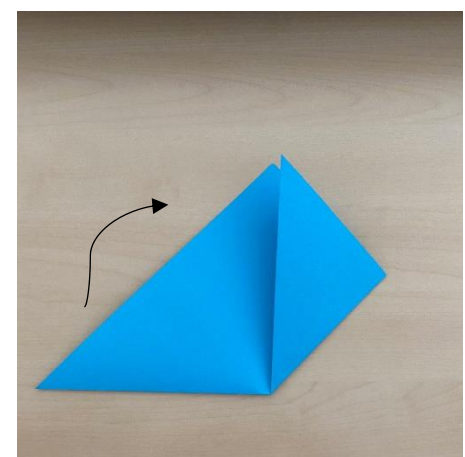
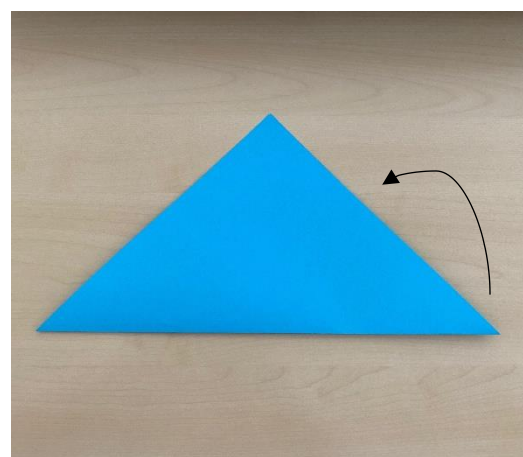
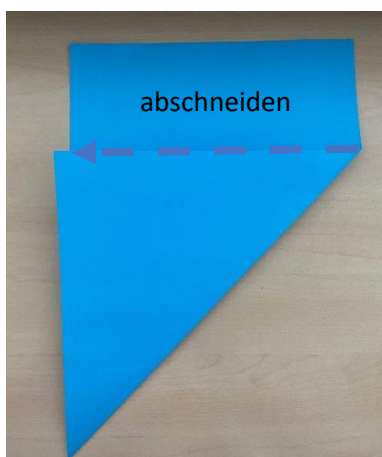
FLIEGEN-RENNEN

Material:

- DIN A4 Papier
- Wolle
- Kleber
- Stifte
- optional Wackelaugen

Anleitung:

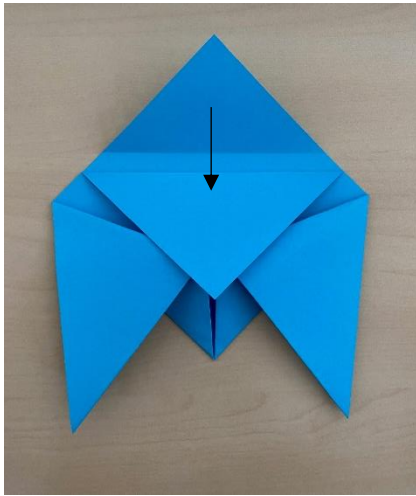
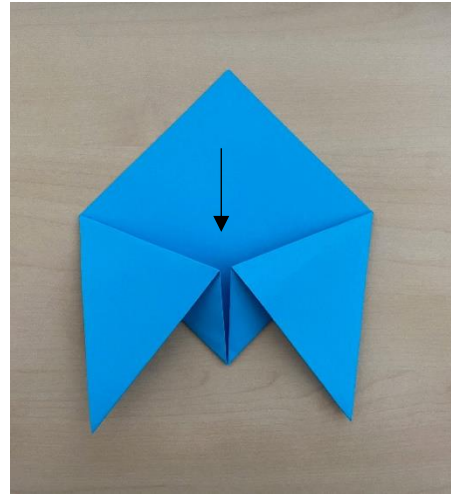
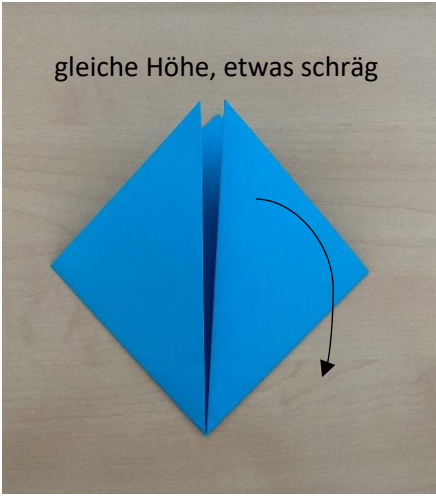
Falte nach der Anleitung auf der nächsten Seite zwei Fliegen. Du kannst buntes Papier nehmen oder die Fliege nachher bunt anmalen. Die fertige Fliege inkl. Band hängst du dann an eine Türklinke oder einen anderen Haken. Die Enden sind dabei gleich lang. Nimm beide Enden in die Hand und ziehe nun abwechseln das Band zu dir. Probiere zuerst alleine aus, wie du die Fliege ans Ziel bringst. Dann kannst du ein Wettrennen veranstalten, an dem beliebig viele teilnehmen können. Wichtig ist dabei natürlich, dass alle Bänder die gleiche Länge haben.





TV LEMGO
Jugend

gleiche Höhe, etwas schräg



anschließend umdrehen



Bis zur Mitte falten, Kleber nur außen



umdrehen und Augen aufmalen/kleben



CHEESEBURGER MUFFINS

Zutaten (für ca. 12 Muffins):

Pizzateig, selbst gemacht oder gekauft

400 g Rinderhackfleisch oder Veggie-Hack

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 EL Tomatenmark

1 TL Senf

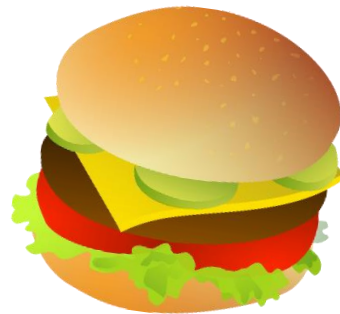
Salz und Pfeffer

4-5 Gewürzgurken

3-4 kleine Tomaten

geriebener Cheddar oder Gouda zum Überbacken

Butter/Margarine für die Muffinform + Öl zum Anbraten



Zubereitung:

Bereite den Pizzateig nach deinem Rezept zu und lass ihn gehen oder packe, wenn du es dir einfach machen möchtest, den fertigen Pizzateig aus. Nun bereitest du deine Muffinform vor, indem du sie gut fettest. Den Backofen kannst du schon auf 200 °C Umluft vorheizen.

Rolle den Pizzateig aus und schneide ihn in Quadrate, die etwas größer als die Muffinmulden sind. Die Pizzafladen drückst du nun in den einzelnen Mulden fest.

Schäle die Zwiebel und den Knoblauch und schneide sie in sehr kleine Würfel. Brate sie dann mit etwas Öl und dem Hackfleisch in einer Pfanne an. Anschließend rührst du das Tomatenmark und den Senf unter und schmeckst es mit Salz und Pfeffer ab. Verteile die Hackfleischmasse auf die Muffinmulden.

Schneide die Gewürzgurken und die Tomaten in dünne Scheiben und lege jeweils eine auf die Fleischmasse. Nun bestreue die Muffins mit Käse. Jetzt geht es für deine kleinen Burger für etwa 20 Minuten in den Backofen.

