

# Plauder tasche

Nummer

86

März 2022

Die Salzburger Kinderzeitung

Rezepte  
aus aller  
Welt

Um-  
frage

Mini  
SAIZBURG

Blick über den  
TEIERRAND!

Früchte-  
Saison-  
kalender

Gewinn-  
spiel

KINDER  
ESST EVER  
GEMÜSE



# Blick über den Tellerrand!

Liebe Plaudertaschen-Leserinnen,  
Liebe Plaudertaschen-Leser!

In dieser Ausgabe dreht sich alles um Lebensmittel, Essen und Rezepte. Wir haben uns damit beschäftigt, welches Obst auf keinem Fall im Winter gekauft werden sollte und einen Saisonkalender für euch erstellt. Außerdem waren wir im Supermarkt und haben die Leute dort zu ihrem Einkaufsverhalten befragt. Zum Nachkochen findet ihr leckere Rezepte aus aller Welt und einen spannenden Buchtipps gibt es natürlich auch wieder für euch!

Viel Freude beim Lesen  
wünscht eure Redaktion!

**Holunder-Hero**  
von Noah, 9 Jahre



**Obst-Spiderman**  
von Danijel, 7 Jahre

## GRATIS ABO!

Möchtest du, dass die Plaudertasche 4x im Jahr  
kostenlos in deinem Postkasten landet?

Dann schick uns eine Mail mit genauer Adresse und  
deinem Geburtsjahr an: [plaudertasche@spektrum.at](mailto:plaudertasche@spektrum.at)

Möchtest du auch die Plaudertasche  
mitgestalten? Dann komm einfach vorbei  
zu einem der nächsten Plaudertaschen-  
Redaktionstermine!



## Plaudertasche Kinderredaktion

**was?** Gestalte mit an der Kinderzeitung Plaudertasche!  
Wir suchen Kinder, die Spaß daran haben gemeinsam eine  
Zeitung zu machen, sich Themen auszudenken, zu schreiben,  
zu fotografieren, Interviews zu führen, Umfragen zu machen,  
zu malen...

**wann?** jeweils von 16.00 bis 18.00 Uhr

Dienstag, 5. April 2022  
Dienstag, 3. Mai 2022  
Dienstag, 7. Juni 2022



**wo?** im Veranstaltungsraum der  
Kinderbibliothek der Stadt Salzburg  
**wer?** alle Kinder zwischen 8 und 12 Jahren

mehr Infos unter:

☎ 0662/434216

✉ [plaudertasche@spektrum.at](mailto:plaudertasche@spektrum.at)

## Inhalt

|    |       |                                           |
|----|-------|-------------------------------------------|
| 02 | ..... | Vorwort                                   |
| 03 | ..... | Willkommen in der Redaktion               |
| 04 | ..... | Allerlei                                  |
| 05 | ..... | Basteltipp                                |
| 06 | ..... | Kulinarische und kreative Reise           |
| 07 | ..... | Außergewöhnliche Essgewohnheiten          |
| 08 | ..... | Buchtipps                                 |
| 10 | ..... | Onlinelesung mit der Autorin Barbara Rose |
| 11 | ..... | Mini-Salzburg sucht das Superplakat       |
| 12 | ..... | Blick über den Tellerrand                 |
| 14 | ..... | Rezepte aus aller Welt                    |
| 16 | ..... | Nett sein zum Essen                       |
| 17 | ..... | Gewinnspiel                               |
| 18 | ..... | KECKes Essen                              |
| 20 | ..... | Bienenwachstücher und Rezepte             |

## Impressum

Herausgeber: Plattform „Weltkindertag“

Redaktion/Verwaltung: Verein Spektrum

Layout/DTP: akzente Salzburg

MitarbeiterInnen dieser Ausgabe: Lia Erber, Sabine Foltin,  
Peter Fuschelberger, Penny Jota, Julia Kirnich, Johanna Niksch,  
Ursula Schwarz, Sara Wichelhaus, Günther Wohlfarth,  
Kinderredaktion Salzburg

Inhalte: Kinder aus Stadt und Land Salzburg  
(Die AutorInnen sind unter dem jeweiligen Beitrag genannt.)

Die Rechte für die Bild- und Textdokumente liegen bei den Urhebern.

In Zusammenarbeit mit: Kinder- und Jugendanwaltschaft Salzburg.

Redaktionsadresse: Verein Spektrum, Schumacherstraße 20, Postfach 17,  
5014 Salzburg, Tel. 0662-434216-13, Fax: 0662-434216-20,  
e-mail: [plaudertasche@spektrum.at](mailto:plaudertasche@spektrum.at)

Produktion & Design: akzente Salzburg

Druck: offset5020 Druckerei & Verlag GesmbH, Wals-Siezenheim



# Willkommen in der Redaktion!

INTERVIEW



**Danijel**

Alter: 7 Jahre  
Hobbys: Schwimmen, mit Freunden spielen, Musikspiele, Zeichnen  
Lieblingessen: Schnitzel, Salat, Bananen, Äpfel  
Lieblingstier: Löwe und Tiger  
Lieblingsfarben: gold, silber, türkis, blau



**Jan**

Alter: 10 Jahre  
Lieblingofilm: Spiderman „No way home“  
Das esse ich gerne: Palatschinken, Pel, Pizza  
Hobbys: Tanzen, Roblox spielen, ins KIZ gehen  
Lieblingsheld: Spiderman  
Lieblingslied: „Sun Flower“ von Post Melon

## KAROTTENMAN VS BURGERMAN



ALLERLEI

# Sachbild: Finde die 5 Fehler!

von Melisa (9 Jahre)



Melisa



# Tischmanieren-Quiz

von Isabella, 11 Jahre

von Alexander, 13 Jahre



richtig ist rechts



1 a und 2 sind richtig



Danijel, 7 Jahre





**Du brauchst:**

- 1 Zitrone
- Wachs
- Duftöl
- Docht



# DUFTKERZEN AUS ZITRONENSCHALEN

**1**

Zitronen in zwei Hälften (der Länge nach) schneiden und mit einer Zitronenpresse auspressen. Danach das Fruchtfleisch auslöffeln.



**2**

Das Wachs im heißen Wasserbad schmelzen und ein paar Tropfen Duftöl deiner Wahl dazugeben. Upcycling-Tipp: Kerzenreste verwenden!

**3**

Das flüssige Wachs in die Zitronenhälfte gießen und den Docht reinstecken. Jetzt müsst ihr nur noch kurz warten bis das Wachs fest ist und schon könnt ihr euch am Duft eurer selbstgemachten Kerze erfreuen! Am besten entspannt ihr bei einem leckeren Glas selbstgemachter Zitronen-Limonade!

## ZITRONENLIMONADE

**DU BRAUCHST:**

- 1,5 l Wasser
- 1 kg brauner Zucker
- 4-5 Zitronen
- Zitronenschalen von 2 Zitronen



**So geht's:** Wasser mit Zucker und der Zitronenschale aufkochen, den ausgepressten Zitronensaft dazugeben und über Nacht kühl stellen. Am nächsten Tag die Limonade mit Mineralwasser aufgießen und einer Zitronenscheibe garnieren.



## SO ERZEUGST DU STROM AUS EINER ZITRONE

**DU BRAUCHST:**

- 1 Zitrone
- 1 Kupfernagel oder 5-Cent-Münze
- 1 Zinknagel
- 1 Kopfhörer
- 1 Schere
- 2 Kupferkabel
- 2 Büroklammern

1. Schneide einen Schlitz in die Zitrone!
2. Stecke die Kupfermünze in den Schlitz und daneben den Nagel.
3. Nimm die Kabel und entferne an den Enden die Kunststoffisolierung.
4. Wickle das Ende des ersten und des zweiten Kupferdrahts jeweils um eine Büroklammer.
5. Stecke eine Büroklammer auf die Münze und die andere auf den Nagel.
6. Die anderen Enden der beiden Kupferkabel werden nun um den Stecker eines Kopfhörers gewickelt: Jetzt kannst du den erzeugten Strom über die Kopfhörer hören!







# Kulinarische und kreative Reise

Die Jungscharkinder aus Unken haben in ihrem Sommerprojekt die Nachbarländer Österreichs „besucht“ und dabei typische Rezepte nachgekocht. Das bunte Buffet wurde noch mit den Länderflaggen und selbstgemachten Basteleien dekoriert. Viel Spaß beim Nachmachen!

## REZEPT AUS ITALIEN

### Tramezzini – mit Thunfischfülle oder Schinkenfülle

**Und so geht's:** Thunfisch abtropfen lassen, mit Majo, Sauerrahm, Petersilie, Zitronensaft zu einer Fülle verarbeiten und mit Salz und Pfeffer würzen. Gurken und Tomaten in dünne Scheiben schneiden, ebenso den Mozzarella.

Toastbrot mit dem Nudelholz flach drücken, mit Gurkenscheiben belegen, Thunfischfülle verteilen, Tomate daraufsetzen und den Mozzarella ebenso. Mit der zweiten Toastbrotscheibe belegen, leicht andrücken und diagonal durchschneiden.

Für die Schinkenfülle den Schinken sehr klein schneiden, mit dem Topfen, Salz und Pfeffer vermischen und mit Olivenöl abschmecken. Etwas Majo auf das Toastbrot streichen, Salatblätter darauflegen und die in Scheiben geschnittene Tomate, das geschnittene Ei, dann die Schinkenmasse darauf verteilen und die 2. Brothälfte wieder darauf setzen. Auch diese Sorte dann in Dreiecke schneiden.

#### DU BRAUCHST:

- Toastbrot
- Thunfisch
- Petersilie
- Zitronensaft
- Majonaisse
- Sauerrahm
- Gurken
- Tomaten
- Mozzarella
- Eisbergsalat
- 100 g Toastschinken
- 100 g Topfen
- etwas Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 2 hartgekochte Eier
- 1 Tomate



## Lichtesser

Die Anhänger der Lichternahrung glauben, dass man sich nur vom Licht ernähren kann.  
Voricht vorer!!!  
Macht es nicht nach! es sind immer wieder Menschen gestorben!  
Der Mensch braucht Wasser und Essen.

Rafaela 9 Jahre Bezdek



## FREEGANER

schließen grundsätzlich keine Lebensmittel aus. Sie essen aber nur selbst angebaut, geschenkt, gefundene oder weggeworfene Produkte.

CONTAINER nennt man es, wenn man Lebensmittel aus den Mülltonnen von Supermärkten holt.

Offt sind diese noch genießbar. Damit wollen sie Mitmenschen darauf aufmerksam machen, dass zu viel verschwendet wird!

DARREN ALTER: 8



# Außergewöhnliche Essgewohnheiten

vom Kidsclub Bürmoos

## Fruitarier

Sind Menschen die eine Ernährung auf der Basis von Früchten befolgen. Im Unterschied zu Veganern, essen sie nur, was von Natur aus schon tot ist oder was Pflansen hergeben.

Zum Beispiel Obst, Nüsse, Samen und Getreide. Manche Fruitarier essen sogar nur Obst, das bereits vom Baum gefallen ist.

Warum machen sie das??

Um die Rechte von Tieren und Pflansen zu respektieren.

Rafaela 9 Jahre

Bezdek



# Freddy Rettich und die unheimliche Geisterschule

**Die 4b der Volksschule Parsch hat auf Einladung des Literaturhauses das Buch „Geisterschule Blauzahn – Lehrer mit Biss“ von Barbara Rose gelesen und hat es spannend, abenteuerlich, magisch, gespenstisch, witzig, verrückt, atemberaubend, einfallsreich, fantasievoll, unheimlich und cool gefunden.**

**F**reddy Rettich lebt zusammen mit seiner Tante Liz in einem richtigen Gruselhaus: Überall sind Spinnweben und Krabbeltiere, an den Wänden hängen Bilder von Liz' verstorbenem Ehemann und sie selbst trägt immer schwarz – es ist, als ob jeden Tag Halloween wäre.

Umso mehr freut sich Freddy, als ein Brief vom Internat Burg Blauzahn für ihn ankommt. Freddy darf nach den Sommerferien ein Internat in einem Schloss besuchen! Er freut sich riesig, dass er aus Tante Liz' Gruselhaus in ein richtiges Schloss mit Himmelbetten und riesigen Sportplatz umziehen kann! Dort findet er vielleicht auch Freunde, das hat nämlich an seiner alten Schule nicht so gut geklappt.

Er ahnt jedoch nicht, dass das Internat eine Geisterschule ist und vor allem von untoten Schülern besucht wird! Gemeinsam mit Vampiren und Werwölfen werden Freddy und ein paar andere menschliche Schüler nun von Moorgetümen und Skeletten in

Blutkunde, Zaubern und Telekinese unterrichtet.

Jedoch ist nicht jeder glücklich darüber, dass nun auch normale Kinder die Geisterschule Blauzahn besuchen, und Freddy und seinen lebenden Mitschülern wird das Leben ganz schön schwer gemacht. Wer könnte dagegen sein, dass lebende Kinder auf die Geisterschule gehen? Etwa der gemeine stellvertretende Direktor Mr. Midget oder sogar Graf Blauzahn selbst?

Uns hat am besten gefallen, dass die „Geisterschule Blauzahn“ von Anfang bis Ende spannend ist und dass es viele tolle Figuren wie Theo, die Fledermaus, Harold, den Geist, und Muddy, das Moorgetüm, gibt. Das Buch ist eher witzig als gruselig, deshalb ist es für alle Kinder von 8 -12 Jahren geeignet!

Wir freuen uns riesig auf den zweiten Teil „Geisterschule Blauzahn – schlammige Aussichten“ und wünschen uns noch 10 weitere Bände!



**Viel Spaß beim Gruseln  
wünscht die 4b!**



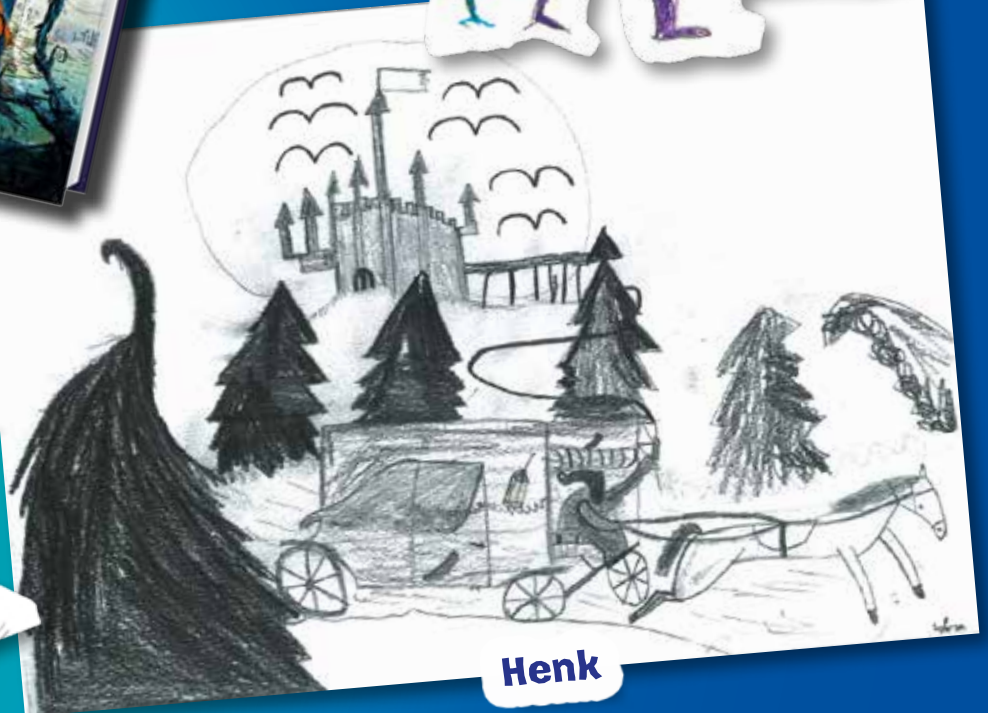




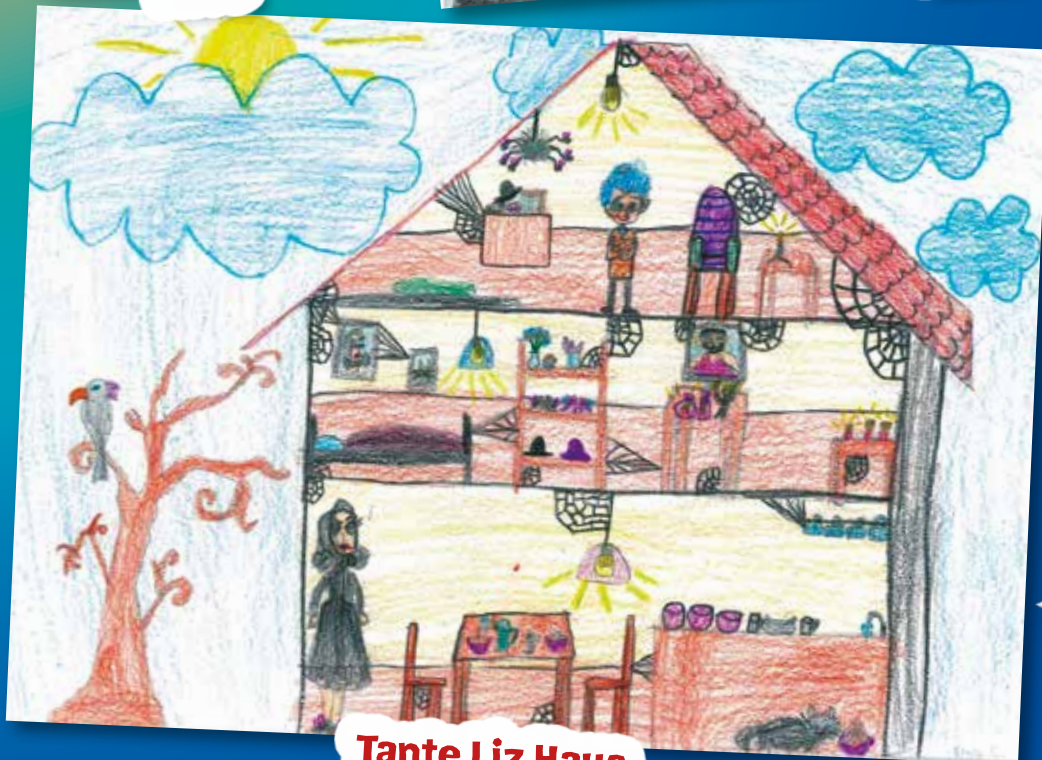
Mr. Bone



Theo



Henk



Tante Liz Haus



Vampir



# INTERVIEW online-Lesung mit der Autorin Barbara Rose



Barbara Rose, die Autorin der „Geisterschule Blauzahn“, hat sich online mit uns getroffen und uns aus ihrem Buch vorgelesen. Es gab sogar eine Kostprobe aus dem 2. Teil: „Geisterschule Blauzahn – schlammige Aussichten“! Wir durften ihr unsere Fragen stellen und haben daraus ein Interview zusammengestellt!

## Wie lange braucht man, um ein Buch zu schreiben?

Barbara Rose: Das ist schwer zu sagen, weil die meiste Zeit in die Vorbereitung des Buches geht, also das Planen der Geschichten, das Erfinden der Charaktere, .... Für die Geisterschule Blauzahn habe ich ungefähr 4 Monate allein zum Schreiben gebraucht.

## Wie bist du auf die Idee für das Buch gekommen?

Barbara Rose: Ich habe auch eine andere Buchreihe geschrieben namens „Die Feenschule“ mit der frechen Fee Rosalie. Ich wollte aber auch mal etwas „Halloweenmäßiges“ schreiben und als ich mit meinen Kindern in der Zahnarztpraxis Blauzahn war, ist mir sofort die Idee für das Buch gekommen.

## Welcher Charakter war interessant zu schreiben?

Barbara Rose: Theo, die Tagfledermaus mit der Brille, ist sehr süß geworden, der ist auf alle Fälle einer meiner Lieblingscharaktere. Aber auch Harold, der Geist mit dem Sprachfehler, und Belinda von Zuckersüß sind sehr tolle Figuren!

## Wie hast du die Namen ausgesucht?

Barbara Rose: Man muss sich zuerst überlegen, wie die Geschichte sein soll – lustig, dramatisch oder gruselig. In einer dramatischen Geschichte kann der Held ja keinen lustigen Namen haben. Der Name ist auch Programm – z.B. bei Mr. Bone. Bone heißt auf englisch „Knochen“ und Mr. Bone ist ein Gerippe.

## Hast du ein Lieblingsbuch, das du selbst geschrieben hast?

Barbara Rose: Immer das Buch, das ich gerade schreibe. Da ist man einfach am meisten drin!

## Wie viele Stunden schreibst du am Tag?

Barbara Rose: So lange wie es mir Spaß macht. Dann mache ich eine Pause mit dem Hund oder den Kindern und schreibe danach vielleicht noch ein bisschen weiter.

## Was war am schwierigsten zu schreiben?

Barbara Rose: Der Anfang von einem Buch ist immer am schwierigsten. Man muss erstmal in die Geschichte reinkommen und alle Bücher sollen ja auch nicht gleich anfangen.

## Wieso magst du den Beruf so gern?

Barbara Rose: Ich liebe Kinder und Jugendliche, und wenn man Geschichten schreibt, dann ist alles möglich und alles kann passieren, das macht sehr viel Spaß!







**Zum 10. Mal findet 2022 die Kinderstadt MiniSalzburg statt. Für die Bewerbung haben wir uns deshalb etwas Besonderes ausgedacht: Dieses Jahr soll es nicht nur ein Plakat geben, das die Kinderstadt ankündigt, sondern 10 verschiedene und wir möchten euch gerne einladen mitzugestalten und eure Ideen einzubringen.**

Du bist zwischen 7 und 14 Jahre alt und möchtest gerne alleine oder mit einer Gruppe das Kinderstadtplakat 2022 gestalten? Dann scanne den QR-Code, lies dir die Regeln durch und los geht's! Einsendeschluss ist der 18. März 2022.

**scan & paint!**



- Plakatvorlage am besten in A3 ausdrucken, wenn das nicht möglich ist, dann ist auch A4 gut.
- Die Buchstaben vom Schriftzug KINDERSTADT sollen erkennbar bleiben. Du kannst die Buchstaben aber bearbeiten und verändern, z. B. etwas rauswachsen lassen, draufkleben, ...
- Zeichnen, Malen, Drucken und Kleben ist bei der Gestaltung des Kinderstadtplakats möglich. Kräftige Farben und starke Striche sind gut.
- Bitte keine Glitzerstifte oder glänzende Materialien bei der Gestaltung verwenden.
- Wenn das Plakat fertig ist, dann schick es uns oder bring es in die Schumacherstraße 20 in Salzburg. Den Plakatentwurf bitte nicht falten, sondern nur rollen, damit wir daraus dann ein großes Plakat machen können.
- Schreibt uns euren Namen und euer Alter dazu, das kommt dann mit auf das Plakat drauf.
- Wenn ihr als Schulklasse an dem Projekt arbeitet, dann holen wir die fertigen Plakate auch gerne bei euch ab.
- Abgabeschluss ist der 18. März 2022.

**Zehn verschiedene Plakate werden dann in der Stadt als Ankündigung der Kinderstadt zu sehen sein.  
Alle produzierten Plakate gibt es dann in der Kinderstadt zu sehen.**

**Wenn ihr Fragen habt, gedruckte Plakate braucht, ... dann meldet euch per E-Mail bei [vlaner@spektrum.at](mailto:vlaner@spektrum.at),  
telefonisch unter 0662-434216-18 oder schaut bei uns im Büro vorbei:  
Kinder- und Jugendzentrum Lehen, Schumacherstraße 20.**



# BLICK ÜBER DEN

## Erdbeeren im Winter?

**W**ir haben uns mittlerweile an den Luxus gewöhnt, zu jeder Zeit alle Obstsorten im Supermarkt kaufen zu können. Doch durch den Kauf von Obst- und Gemüsesorten außerhalb der Saison werden viele Treibhausgase und CO<sub>2</sub> durch den Transport aus fernen Ländern erzeugt.

### Tipps:

- Achtet auf das Etikett! Produkte aus der heimischen Region haben einen kürzeren Transportweg und schaden der Umwelt weniger.
- Greift zu Bio-Produkten! Viele Früchte werden stark mit Chemie behandelt.
- Exotische Früchte wie Bananen wachsen nicht in Europa und kommen immer aus fernen Ländern.
- Kauft Obst und Gemüse nach Saison!

Die Flugananas hat übrigens die schlechteste Klimabilanz! Zum Beispiel verursachen 75,5 Kilo Pfirsiche den gleichen CO<sub>2</sub>-Ausstoß wie eine einzige mit dem Flugzeug transportierte Ananas!



## Saisonkalender von Noah, 9 Jahre



## Super Markt-Umfrage:

WAS ESSEN UND TRINKEN SIE AM HÄUFIGSTEN?

FLEISCH: IIII 4  
 OBST: III IIII 8  
 GEMÜSE: II III IIII 8  
 SÜSSIGKEITEN: IIII 3  
 GETREIDEPRODUKTE: IIII 5  
 SAFT: II 2  
 WASSER: III IIII 10  
 TEE: IIII 6



ACHTEN SIE AUF REGIONALITÄT, SAISON UND VERPACKUNG?

Auf alles achten:  
 IIII IIII IIII I 16

Auf nicht achten:  
 IIII 5





# TELLERRAND!



## Alles Tomate!

**H**eute wurde ich in die Tiefe der Erde eingesetzt. Es ist ganz schön dunkel hier unten und das Einzige, was ich sehe, sind ein paar Gliederfüßer, die vor mir sterben. Irgendwas stimmt nicht mit mir, ich wachse schneller als gedacht, aber ich weiß nicht wieso. Nach ein paar Tagen erblickte ich das Licht der Welt und war geschockt. Ich sah Hunderte Tomatensträucher, die alle kräftige Früchte trugen. Ich hatte Angst, dass ich diesen hohen Anforderungen nicht gewachsen sein und aussortiert werden würde. Ich wartete geduldig, bis ich groß und stark für die Ernte wurde und genoss in diesen heißen Tagen die Sonne.

Bereits früh am Morgen kümmerten sich die Arbeiterinnen und Arbeiter um uns. Sie spritzten komisches Gift aus, das Schädlinge anscheinend von uns fernhalten sollte. Als die Sonne in der Mitte des Himmels stand, kippte plötzlich ein Arbeiter um. Alle außer einem wollten ihm helfen, aber der Chef erlaubte es nicht. Sie hatten alle keine Schutzanzüge an, mussten in der prallen Hitze arbeiten und das ganze Gift gelangte auf ihre Haut. Das war schon alltäglich. Das Komische war, dass ich grün geerntet wurde. Ich wurde mit vielen anderen Tomaten verpackt und musste ungefähr 1.500 km von Südtalien nach Österreich transportiert werden.

Als ich im Supermarkt einsortiert wurde, war ich plötzlich rot. Wenn ich nicht in den nächsten Tagen von Konsumenten gekauft worden wäre, wäre ich weggeschmissen worden. Doch ich Glückliche wurde gekauft. Das Glück währte nicht lange, denn ich wurde mit vielen anderen Gemüse- und Obstsorten in eine Schale geworfen und wenige Tage später weggeworfen. Es hätte auch ein glückliches Ende nehmen können, dass ich verkocht worden wäre. Aber, that's life!

*Iris, 13 Jahre*



**WIE OFT LANDET BEI IHNEN  
DAS ESSEN IM MÜLL?**

Wie oft landet bei Ihnen  
das Essen im Müll?

oft: ||||| 5

selten: ||||| ||||| ||||| 15

**KOCHEN SIE OFT SELBST  
ODER GREIFEN SIE EHER ZU  
FERTIGPRODUKTEN?**

Fertig: ||| 2

Selbst: ||||| ||||| ||||| ||||| 14



# REZEPTE aus aller welt



## Lieblingssessen aus dem Sudan: Foul (Bohnen, Öl, Gewürze)

- 1 Dose Bohnen
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3-4 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Zitronensaft
- ½ Bund Petersilie

**Zubereitung:** Zwiebeln fein hacken und in einem Topf mit etwas Olivenöl anbraten, die Knoblauchzehe dazu pressen. Die Bohnen in den Topf geben, gut aufkochen und mit den restlichen Gewürzen abschmecken. Fertig!

**Amro, 12 Jahre:** „Im Sudan gibt es richtig gutes Essen. Es ist extrem heiß und die älteren Leute schimpfen viel, aber die jungen Leute sind sehr cool dort. Es gibt richtig gutes Essen und auf den Straßen laufen viele Hunde frei herum. Die sind süß!“

**Was ist dein Lieblingswort auf Arabisch:**  
„Al-dem, das ist ein Ort im Sudan.“



## Bestes Rezept aus dem Irak: Kebab

### Zutaten:

- Hackfleisch, vom Rind
- 2 Zwiebeln
- 2 Tomaten
- ½ Bund Petersilie
- 2 Tassen Mehl
- 6 EL Wasser
- 2 TL Salz
- 2 TL Currypulver
- ½ TL Pfeffer
- viel Öl, zum Braten

Alle Zutaten zerkleinern und dann vermischen. Dann mit der Hand dünne Scheibchen formen und im Öl rausbraten. Dazu gibt es Salat und Brot.

### Sandra, 12 Jahre, erzählt über den Irak:

„Es ist immer sehr heiß. Es gibt viele Dattelpalmen. Die Hauptstadt ist Bagdad, dort leben sehr viele Menschen.“

## Lieblingssessen aus Kroatien von Abel, 11 Jahre, Cevapcici

KROATIA



## Lieblingsrezept aus Marokko von Emi, 12 Jahre

Tajine

Rezept (= Marokkanischer Eintopf):

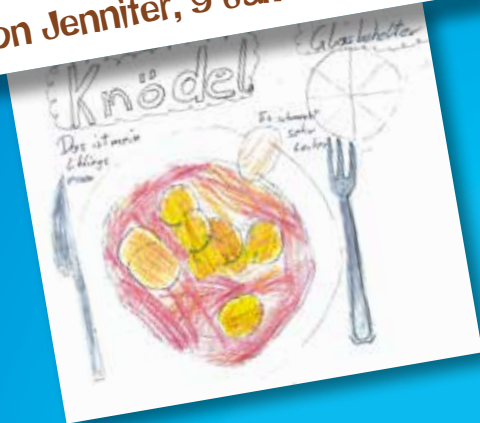
Kartoffel  
Karotte  
Rindfleisch  
Wasser  
Zwiebel  
Salz  
Pfeffer  
Saffran  
Olivenöl  
Oliven  
Paprikapulver





## Lieblingessen aus Österreich

von Jennifer, 9 Jahre, Knödel



## Lieblingsspeise aus Italien

von Leonie, 12 Jahre, Pizza



## Lieblingsrezept aus Kurdistan: Pel (gefüllte Weinblätter)

### Zutaten:

- 200 g Weintraubenblätter
- 300 ml kochendes Wasser

### Füllung:

- 300 g Milchreis
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Spitzpaprika
- 30 g frische Petersilie
- 1/2 Zitrone
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- 1/2 TL Chiliflocken
- Salz und Pfeffer

**Anleitung:** Reis kochen und mit den Zutaten für die Füllung vermischen. Immer einen Teelöffel der Fülle in ein Weinblatt rollen und in einen Topf legen. Alles 50 Minuten kochen lassen.

### Jan und Youssef erzählen über Kurdistan:

„Das Wetter ist immer sehr heiß und die Menschen haben dunkle Haare. Die Straßen sind schlecht gebaut, aber es gibt sehr gutes Essen. Manchmal schlafen die Leute nachts auf dem Dach, wenn es in den Häusern zu heiß ist.“

Jan, 10 Jahre und Youssef, 12 Jahre



## Lieblingsrezept aus Mazedonien: Pecivo

### Zutaten:

- 4 Tassen Mehl
- 1 Tasse Joghurt
- 2 Tassen heißes Wasser
- 3 Esslöffel Öl
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Esslöffel Zucker
- 1 Packung Hefe
- 1 Stück Margarine

**Zubereitung:** Alle Zutaten verkneten. Den Teig eine halbe Stunde gehen lassen. Daraus 12 Kugeln formen, auf ein Blech legen und mit etwas Margarine bestreichen. Dann nochmal eine halbe Stunde gehen lassen. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Kugeln 25 Minuten backen! Fertig!

„In Mazedonien gibt es sehr viele liebevolle Menschen und überall sind Restaurants. Wir haben viele Chips-Sorten und die süßesten Melonen der Welt. Die Landschaft ist auch sehr schön.“

Melek, 11 Jahre & Adis, 10 Jahre

### Melek's Lieblingswort:

Srze (Herz) gesprochen = Sritsche

# Nett sein zum Essen

Wie man richtig mit Lebensmitteln umgehen kann

Amina, Kerem, Rayen, Makka, Eric, Aleksander und Sinan haben sich Gedanken gemacht, wie sie täglich mit ihrem Essen umgehen. Am Ende sind einige Tipps und Tricks entstanden, die ihr nun hier lesen könnt.



## Mut zu hässlichem Obst und Gemüse

Ich esse eigentlich sehr gerne Obst und Gemüse. Brokkoli mag ich. Wenn da mal was schlecht ist, dann kann man den Teil weggeben und den Rest immer noch essen!

**Amina, 9 Jahre**

## Essen retten und Verpackungen sparen

Wenn ich was angefangen habe zu essen und nicht aufessen kann, dann gebe ich es in eine Jausenbox.

**Rayen, 10 Jahre**

## Saisonal und regional einkaufen

Man kauft Sachen aus der eigenen Region, aus der Umgebung.

**Aleksander, 12 Jahre**



## Nicht „3 für 2“ und XXL

Wenn man einkaufen geht, gibt es oft so Aktionen 2 für 1 oder so. Ich kauf aber trotzdem immer nur so viel, wie ich brauch.

**Makka, 11 Jahre**

## Apps zum Essen retten\*

Es gibt Apps, wo man erfährt, wenn es in einem Restaurant noch Speisen gibt, die zum Beispiel kurz bevor es zusperrt um die Hälfte billiger sind. Dann muss es nicht weggeschmissen werden und ist auch noch billiger.

**Eric, 10 Jahre**

\* Zum Beispiel „To good to go“

## Lebensmittel wertschätzen

Nicht einfach Essen wegschmeißen – halt, dass man nicht zu viel kocht, dann nicht aufisst und den Rest wegschmeißt.

**Kerem, 12 Jahre**

## Sich informieren, wo was herkommt

Ich weiß, dass verschiedene Lebensmittel aus der Natur und von der Erde kommen. Ich finde es immer gut, wenn ich genau weiß, wo was herkommt, wie bei den Erdbeeren aus dem Garten.

**Sinan, 8 Jahre**





# Gewonnen haben:

GEWINN-  
SPIEL

- Je ein Story-Cube Spiel: André (9 Jahre), Leopold (11 Jahre)
- Je ein Buch: Zalan (8 Jahre), Noah (9 Jahre), Filie (10 Jahre)

**Herzliche Gratulation!**  
Wir würden uns über ein Foto oder eine Zeichnung  
mit dir und dem Gewinn sehr freuen!



Auch dieses Mal gibt es wieder tolle Preise  
zu gewinnen! Beantworte folgende Frage:

**Welche Obstsorte hat die  
schlechteste Klimabilanz?** (Tipp: S. 12)

Schick uns die Lösung bis spätestens 15. Mai mit der Antwort-  
karte oder per E-Mail an: [plaudertasche@spektrum.at](mailto:plaudertasche@spektrum.at)

**Zu gewinnen  
gibt es  
dieses Mal:**

- 4 x 2 Tageseintritte in das  
Aqua Salza in Golling
- 3 x das Kinderbuch  
„Geisterschule Blauzahn“  
von Barbara Rose

**Herzlichen Dank**  
an das Aqua Salza Golling,  
die Katholischen Jungschar  
und das Literaturhaus  
Salzburg für die Preise!

Antwort:

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

Alter: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_



Bitte  
ausreichend  
frankieren!

Redaktion Plaudertasche  
c/o Verein Spektrum  
Schumacherstraße 20  
5020 Salzburg



REZEPT



# KECKes Essen

Im Februar haben wir vom KECK Team alles was mit Ernährung zu tun hat im Blick – gemeinsam mit dir werden wir kochen, verschiedenes Essen kennenlernen und genau untersuchen, was für unseren Körper gesund ist und was nicht! Denn vieles, von dem man denkt, das schmeckt gar nicht, kann man so zubereiten, dass es auf einmal mega lecker ist! Zum Beispiel haben wir letztes am Kirchenspielfeld gemeinsam herausgefunden, auf welche Arten man Kartoffeln zubereiten kann, welche Arten davon gesund sind und von welchen man lieber nicht so viel essen sollte! Denn richtig zu Essen ist nicht nur für euren Körper wichtig, dass ihr zum Beispiel groß und stark werdet. Essen kann sich auch auf eure Laune und eure Energie auswirken!

## Mehmet (10) sagt dazu:

„Die richtige Ernährung ist wichtig, damit wir nicht krank werden!“ Aber da wir ja alle gerne mal Pommes essen, haben wir hier für euch einige Tipps, wie ihr sie ganz einfach selbst und um vieles gesünder (und leckerer) machen könnt!

### 1. Nehmt ganze Kartoffeln

Das heißt ran an den Schäler! Zuerst die Kartoffeln schälen, und sie dann vorsichtig in Pommes-Größe schneiden! Tipp: Je dicker die Pommes, desto gesünder.

### 2. Im Backofen zubereiten

Danach kannst du deine Pommes würzen, wie du magst. Wir nehmen gerne eine Prise Salz, Pfeffer und unserer Geheimzutat Paprikapulver. Damit kannst du selbst entscheiden, wie du deine Pommes haben willst und sie genau so machen wie DU sie am liebsten hast!

UND WIR MACHEN MIT:



**Spektrum** • Schumacherstraße 20 • Postfach 67  
5020 Salzburg • Tel. 0662 434216 • Fax 0662 434216-20  
www.spektrum.at • info@spektrum.at



**Literaturhaus Salzburg** • Strubergasse 23 • 5020 Salzburg  
Tel. 0662 42 24 11-17 • www.literaturhaus-salzburg.at  
info@literaturhaus-salzburg.at



**Katholische Jungschar der Erzdiözese Salzburg**  
Kaigasse 26 • 5020 Salzburg • Tel. 0662 8047-7580  
Fax: 0662 8047-7589 • kath.jungschar.sbg@kirchen.net  
www.kirchen.net/jungschar



**Kinder- und Jugendanwaltschaft** • Gstättengasse 10  
5020 Salzburg • Tel. 0662 430 550 • Fax 0662 430 550-3010  
www.kija-sbg.at • kija@salzburg.gv.at



**Salzburger Landesjugendbeirat**  
Gstättengasse 10 • 5020 Salzburg  
Tel. 0662 8042-2688 • Fax 0662 8042-3205  
landesjugendbeirat@salzburg.gv.at



**Lungauer Kulturvereinigung LKV**  
die künstler:in • Hatheyergasse 2 • 5580 Tamsweg  
Tel. 06474 26805 • www.lungaukultur.at  
info@lungaukultur.at



**Referat für Jugend, Familie, Integration, Generationen**  
Gstättengasse 10 • 5020 Salzburg  
Tel. 0662/8042 – 2117 • www.salzburg.gv.at  
jugend@salzburg.gv.at



**Stadt: Salzburg Jugend – Freizeit – Kultur**  
Mirabellplatz 4 • 5020 Salzburg  
Tel. +43 662 8072 2976  
jugendbuero@stadt-salzburg.at





### 3. Richtiges Öl verwenden

Dadurch, dass die Pommes im Backofen landen, braucht man viel weniger Fett als in der Fritteuse, wo sie normalerweise gemacht werden! Nimm dazu Rapsöl und röste deine Pommes bei 180 Grad.

### So einfach geht's!

So kannst du beruhigt mal mit deinen Freunden oder deiner Familie Pommes machen, die allen schmecken. Uns vom Projekt KECK ist es wichtig, dass du nicht nur hörst, wie man Essen zubereitet und was es alles gibt, sondern es auch selber ausprobieren kannst! Um mehr übers Kochen und die Zutaten zu lernen, werden wir im Frühling, wenn die Sonne wieder rauskommt und der Schnee sich langsam verzieht, in unserem Garten allerlei Gemüse und andere coole Sachen mit euch anbauen, um sie dann beim KECKen Kochen im gemeinsam zu leckeren Gerichten zu verwandeln.

### KECK-Info:

**Wir sind für euch täglich von 14:00 bis 17:00 Uhr am Spielplatz, um gemeinsam Spaß zu haben und neue Sachen zu entdecken und voneinander zu lernen. Alles was ihr dafür tun müsst, ist euch auf den Weg zum Spielplatz zu machen!**



**Haus der Jugend** • Franz-Hinterholzer-Kai 8  
5020 Salzburg • Tel. 0662 620-135 • Fax 0662 623-570  
direktion@inselsalzburg.at



**akzente Salzburg** • Glockengasse 4c • 5020 Salzburg  
Tel. 0662 849291-0 • Fax 0662 849291-16  
www.akzente.net • info@akzente.net



**Salzburger Kinderwelt** • Am Hummelweg 4  
5400 Hallein • Tel. 0650 4405880



**Salzburger KinderfreundInnen** • Fürbergstraße 30  
5020 Salzburg • Tel. 0662 455488 • Fax 0662 455488-13  
www.sbg.kinderfreunde.at  
office@sbg.kinderfreunde.at



**Jugend- und Kinderhaus Lieferung** • Laufenstraße 43  
5020 Salzburg • Tel. 0662 438775 • Fax 0662 434299  
office@juki-lieferung.at

**WIR DANKEN  
UNSEREN PARTNERN  
FÜR IHRE  
UNTERSTÜTZUNG!**



# Bienenwachstücher



## Schritt 1: Stoff zuschneiden

Zuerst schneidet ihr den Stoff in den gewünschten Tuchgrößen zu, also z.B. in diesen Größen:

groß: 40x40 cm (1x)

mittel: 25x25 cm (2x)

klein: 15x15 cm (2-4x)

Ein Versäubern mit Zickzackstich ist nicht nötig, da das Wachs später die Kanten versiegelt.

## Schritt 2: Einölen

Damit die Tücher geschmeidiger und nicht so hart werden, ist ein wenig Öl hilfreich. Dafür tröpfelt ihr ca. alle 3-5 cm ein paar Tropfen Öl auf die ausgeschnittenen Tücher. Wir haben dafür etwas Jojoba-Öl in eine Sprühflasche gefüllt, weil man damit so gut dosieren kann.

## Schritt 3: Wachspastillen verteilen

Wenn die Tücher mit Öl betropft sind, verteilt ihr möglichst regelmäßig Wachspastillen auf den Tüchern. Dann legt ihr das Tuch zwischen 2 Backpapierbogen und bügelt fest darüber, bis das Bienenwachs sich gleichmäßig auf dem Tuch verteilt hat. Wenn ein Tuch doch mal zu hart und wächsern geworden ist, d.h. wenn auf der Stoff-Oberfläche nach dem Erkalten deutlich und unregelmäßig Wachsreste zu sehen sind, kann man diese mit einem Küchenpapier und Bügeleisen entfernen. Hier vorsichtig sein und nur ganz kurz drüberbügeln.



# Waffel-Rezept

1. Zuerst werden 200 g Butter, 150 g Zucker und 4 Eier schaumig geschlagen.
2. Dann wird das Mehl (225 g) mit einer Prise Salz und ½ TL Backpulver verrührt
3. Das Mehlgemisch wird dann abwechselnd mit 100 ml Milch in das Butter-Zucker-Ei-Gemisch eingerührt.
4. Jetzt kann man den Teig portionsweise in das eingölte Waffeleisen geben.

Österreichische Post AG  
Info-Mail Entgelt bezahlt

**Datenschutzhinweis:** Deine Daten sind beim Verein Spektrum gespeichert und werden gemäß Österreichischem Datenschutzgesetz vertraulich behandelt. Wir sammeln deine Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) zum Zweck des Versandes der Plaudertasche bis auf Widerruf. Eine Weitergabe an andere Empfänger erfolgt nicht. Es besteht keine gesetzliche oder vertragliche Verpflichtung zur Bereitstellung der personenbezogenen Daten. Die Nichtbereitstellung hat lediglich zur Folge, dass kein Abonnement mehr möglich ist. Abbestellen kannst du die Plaudertasche einfach per Mail [plaudertasche@spektrum.at](mailto:plaudertasche@spektrum.at) oder per Telefon 0662-434216

# Rezept für unsere Weckerl

## Zutaten:

150 ml lauwarme Milch  
250 ml lauwarmes Wasser  
300 g Weizenmehl  
200 g Roggenmehl  
10 g Salz  
10 g Brotgewürz  
10 g frischen Germ  
40 g zimmerwarme Butter

Alles zu einem Teig verkneten und ihn 30 Minuten ruhen lassen. Anschließend zum Ausformen Roggenmehl nehmen und nochmal 20 Minuten gehen lassen. Dann bei 220 Grad für 20 Minuten backen. Guten Appetit!

