

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

### **Bewegung, Gesundheit & Ernährung – Ausgabe 25**

„Die spannende Welt der Lebensmittel“ – Vielfältige Ernährung  
Frischkäse & Molken-Shake selbst gemacht!

Elke Grimpe



#### **Produkthinweis**

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)  
► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



#### **Piktogramme**

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.  
► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



#### **Haben Sie noch Fragen?**

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:  
Schreiben Sie an [info@edidact.de](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



## Frischkäse & Molken-Shake selbst gemacht!

**Erfahrungsschwerpunkt:**

**Förderschwerpunkte:**

**Anspruch:**

**Alter der Kinder:**

**Anzahl der Kinder:**

**Räumliche Voraussetzungen:**

**Materialien:**

- Lebensmittelherstellung
  - Sinneswahrnehmungen
  - Motorik
  - Erkennen von Zusammenhängen
  - niedrig
  - 5 bis 6 Jahre
  - 10 bis 12 Kinder
  - Raum mit Herdplatte, Tisch und 10–12 Stühle
- morgens:**
- 1 l Milch (von der Butterherstellung s. S. 45) ergibt ca. 150 g Käse
  - 1 Zitrone
  - 1 Zitronenpresse
  - 1 feines Teesieb
  - 1 kleiner Kochtopf
  - 1 Herdplatte
  - 1 Pfannenwender mit gerader, breiter Rührfläche
  - 1 Schale
  - 1 Sieb (passend auf die Schale)
  - 1 dünnes Baumwoll-/Mulltuch
  - 1 kleiner Teller, der in das Sieb passt
  - 1 Gefäß mit möglichst viel Wasser zum Beschweren/Ausdrücken des Käses
- nachmittags:**
- 1 Litermaß zum Abmessen der Molke
  - 1 Schneidebrett
  - 1 kleines Messer
  - Salz
  - 11–12 Teelöffel
  - 1 reife Banane für einen Molke-Shake
  - 12–13 kleine Gläser/Becher
  - 1 Pürierstab
  - gemahlene Vanille, Zimt, (Dicksaft zum Süßen)
  - 1 Euro
  - 10 Minuten
  - vormittags: 60 Min. / nachmittags: 45 Min.

**Kosten:**

**Vorbereitungszeit:**

**Durchführungszeit:**



### Vorbereitung:

Die pädagogische Fachkraft kann mit den Kindern erst die Geschichte „Barrys Ferien auf dem Milchhof“ (s. S. 63) lesen.

Sie stellt Milch, Zitrone und die benötigten Bedarfsgegenstände zusammen.

Gestern haben wir Butter selber gemacht, heute machen wir aus der restlichen Milch Frischkäse. Kennt ihr Frischkäse? Wie sieht der aus? Habt ihr schon welchen probiert?

Gemeinsam mit der pädagogischen Fachkraft tragen die Kinder zusammen, was ihnen zu Frischkäse einfällt.

### Hauptteil:

Genau, Frischkäse ist sehr lecker und wir können viel mit ihm machen. Dann los! Wir brauchen jetzt den Kochtopf, Milch, Joghurt, einen Pfannenwender und einen großen Esslöffel.

Die Kinder tragen alles zusammen.

Schaut mal, gestern haben wir die Sahne von der Milch genommen und jetzt hat sich schon wieder etwas Sahne auf der Milch abgesetzt. Seht ihr das?

Gemeinsam schauen sich alle den leichten Sahnfilm auf der Milch an. Die Sahne rahmt auch weiterhin auf, allerdings nicht mehr in so großen Mengen.

Jetzt schütteln zwei Kinder die Flasche, damit sich die Sahne etwas in der Milch verteilt. Zwei Kinder halbieren die Zitrone und pressen eine Hälfte auf der Zitronenpresse aus. Dann gebt ihr den Zitronensaft durch das kleine Sieb in die Tasse. Damit entfernen wir die festen Stückchen aus dem Saft. Jetzt kommt die Milch in den Kochtopf. Wer macht das? Wir stellen die Herdplatte auf die zweithöchste Zahl und müssen nun etwas warten, damit die Milch fast anfängt zu kochen. Wir brauchen immer jemanden, der ganz langsam die Milch auf dem Topfboden rührt, damit die Milch nicht am Boden anbrennt. Rührt vorsichtig, der Topf wird heiß. Wir wechseln uns dabei ab, dass es nicht zu langweilig wird.

Die Kinder wechseln sich beim Rühren der Milch ab. Sie sollte bis kurz vorm Hochkochen erhitzt werden, das dauert einige Minuten. Die Zellwände der Zitronen können dazu führen, dass der Käse Zitronengeschmack annimmt. Durch das Aussieben wird das verhindert.



Jetzt ist die Milch heiß genug. Wir nehmen den Topf von der heißen Platte und zwei Kinder geben jeweils einen EL Zitronensaft in die Milch und wir verrühren ganz langsam den Zitronensaft in der heißen Milch. Jetzt stellen wir ihn noch einmal kurz auf die Herdplatte und lassen es noch einmal aufkochen. Seht ihr, was passiert?

Das Eiweiß der Milch wird durch Hitze und Zitronensäure denaturiert, d. h. die Eiweißstrukturen verändern sich, werden als feste Flocken im Topf sichtbar und die verbleibende Flüssigkeit ist wässrig. Nach Bedarf evtl. noch 1 EL Zitronensaft hinzugeben.

Wir nehmen den Topf jetzt von der Kochplatte und rühren weiter ganz vorsichtig. Nun setzen zwei Kinder auf die Schüssel das Sieb und legen das Stück Tuch so in das Sieb, dass es gleichmäßig über die Siebränder hängt, und in der Mitte drücken wir es in das Sieb.

Die Kinder holen die Schüssel, setzen das Sieb hinein und legen das Tuch in dem Sieb aus.

Prima, jetzt gieße ich den Inhalt des Topfes hinein. Vorsicht, gleich steigt heißer Wasserdampf auf!

Die pädagogische Fachkraft gibt den Topfinhalt in das Sieb. Die Molke fließt ab und das Milcheiweiß liegt in dem Stofftuch.

„Krümelkäse“ haben wir schon! Wenn wir den jetzt noch etwas zusammendrücken, damit die restliche Flüssigkeit abfließen kann, dann haben wir einen richtigen Käse. Ihr könnt jetzt das Tuch vorsichtig über den Käse falten, den Teller darauf legen und mit beiden Händen drücken. Schaut, wie die Flüssigkeit weiter abtropft. Jeder drückt so 1 Minute vorsichtig auf den Teller, damit noch ordentlich Flüssigkeit abtropfen kann. Anschließend stellen wir das Gefäß mit Wasser darauf und lassen den Druck für 3–4 Stunden auf dem Käse. Wir stellen ihn in der Zeit in den Kühlschrank. Heute Nachmittag können wir ihn probieren. Jetzt noch schnell alles zusammenräumen.

Die pädagogische Fachkraft stellt mit den Kindern zusammen den Käse in den Kühlschrank und räumt alle gebrauchten Gegenstände auf und die Kinder reinigen sie gegebenenfalls.

### Abschluss:

Die pädagogische Fachkraft und die Kinder holen den Käse aus dem Kühlschrank und geben ihn auf das Schneidebrett. Die Molke wird in ein Litermaß gegossen.