



Mehr über das Thema Wald erfährst du in diesem Buch.

Ein Rezept

Fliegenpilz Tomaten

Fliegenpilze sind hochgiftig! Wenn du welche im Wald findest, bitte auf keinen Fall probieren, auch kein noch so kleines Stückchen! Wir haben trotzdem eine Idee, wie du selbstgemachte „Fliegenpilze“ probieren kannst. Vielleicht als Teil eines Wald-Frühstücks? Du brauchst dafür:

- 10 Eier
- 5 mittelgroße Tomaten
- 1 Tube Mayonnaise
- Petersilie oder Kresse zu Dekorieren

Lass Dir dabei von einem Erwachsenen helfen.

Koch zuerst die 10 Eier hart! Das dauert – je nach Größe der Eier – 8 bis 10 Minuten. Danach die Eier mit kaltem Wasser abschrecken und noch etwas im kalten Wasser liegen lassen. Dann die Tomaten halbieren, den Stielansatz herausschneiden und Kerne und Fruchtfleisch entfernen (am besten mit einem kleinen Löffel). Anschließend die ausgehöhlten Tomatenhälften mit Küchenpapier trocken tupfen. Nun die Eier abpellen und an der dicken Unterseite eine kleine Kappe vom Eiweiß abschneiden. Jetzt kannst du die Eier aufrecht stellen.

Und nun zur Deko: Breite Petersilie oder Kresse als „Waldboden“ auf einem Teller aus und setzt die Eier darauf. Jetzt die Tomatenhälften draufsetzen und mit Mayonnaise aus der Tube kleine Punkte auf die roten Kappen drücken und fertig sind die „Fliegenpilze“! Guten Appetit!

