

Speiseplan für die Woche 24/2019 – Ideen für die ganze Familie!

*

*

Speiseplan für die Woche 24/2019

Nutzt du Instagram?

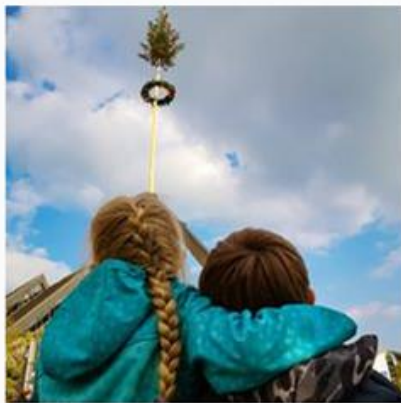
Ich habe gleich zwei Accounts, dieser hier zeigt kindgerechtes Essen, abseits der Glitzerpups-Instablase, welches alltagstauglich ist und auch Kindern schmeckt, leckere Kuchen und tolle Geburtstagstorten. Diesen Account findest du hier:

[Instagram – Kinderrezepte](#)



*

Dieser hier beschäftigt sich mit dem Thema „Reisen mit Kindern“. Hier findet ihr alles rund um das Thema Ausflüge und Reisen mit Kindern.



Instagram – Reisen mit Kindern

Falls ihr euch für eins der Themen interessiert (oder sogar für beide), freue ich mich, wenn ihr mir folgt!

*

*

Speiseplan für die Woche 24/2019

*

Montag: Salatteller mit Blumenkohl nuggets

Hier wird serviert worauf wir Lust haben. Alle Komponenten stelle ich einzeln auf den Tisch, so kann jeder das Essen worauf er Lust hat.

Es gibt grünen Salat, Paprikawürfel, Gurkenscheiben, Tomatenwürfel, Sonnenblumenkerne, Brotwürfel und die Blumenkohl Nuggets. Hier findet ihr das Rezept: [KLICK](#)

*

*

Dienstag: Kartoffelgratin

Hier findet ihr mein Rezept: [KLICK](#)

*

Mittwoch: Pasta mit Spezial-Tomaten-Soße

Hier findet ihr mein Rezept: [KLICK](#)

*

Donnerstag: Kassler, Sauerkraut und Kartoffelstampf

Für den Kartoffelstampf Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen.

Die Kartoffeln abgießen, stampfen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, einen guten Schuss Milch hinzufügen und alles gut verrühren. Der Kartoffelstampf darf gerne noch Stücke enthalten. Kurz vor dem Servieren ein Stück Butter in den Kartoffelstampf rühren, dass muss nicht sein, aber es schmeckt einfach so viel besser!

Das Sauerkraut in einen Topf geben und zusammen mit Lorbeerblättern, etwas Salz und Pfeffer warm machen. Die

Kasslerscheiben drauf legen und bei geschlossenen Deckel und kleiner Flamme gar ziehen lassen.

FERTIG!

*

Freitag: Fischstäbchen, Bratkartoffeln und Salat

Für die Bratkartoffeln habe ich am Vortag schon Kartoffeln gekocht, diese schneide ich in dünne Scheiben und brate sie portionsweise im Butterschmalz an. Zum Schluss gebe ich noch Speckwürfel hinzu und lasse sie mit anbraten. Gewürzt werden die Bratkartoffeln mit Salz und Pfeffer.

Die Fischstäbchen entweder in der Pfanne oder im Backofen zubereiten und gemeinsam mit einem grünen Salat servieren.

*

Samstag: Pasta mit Lachs-Sahne-Soße

Pasta nach Wunsch bissfest garen.

Den Lachs waschen, in Würfel schneiden und anbraten. Etwas Tomatenmark hinzugeben und mit anrösten lassen, dann Brühe und Sahne dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend etwas einköcheln lassen. Sollte euch die Soße zu dünn sein, könnt ihr die auch mit etwas Speisestärke andicken.

Zusammen auf tiefen Tellern anrichten und den frischen Parmesan drüber reiben. FERTIG!

*

Sonntag: Schweinefilet mit Pilzrahm und Bandnudeln und Feldsalat

Das Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Mit etwas Senf einreiben, Salzen und Pfefferen und in Butterschmalz anbraten. Das Fleisch herausnehmen und im Ofen bei etwa 100 Grad fertig garen. Währenddessen die Pilze

in Scheiben oder Viertel schneiden und in Butterschmalz anbraten, mit Brühe und Sahne ablöschen, Salzen und Pfeffer. Sollte euch die Soße zu dünn sein, könnt ihr sie mit Speisestärke andicken.

Pasta nach Wunsch bissfest garen. Das Fleisch in die Soße geben und noch einige Minuten ziehen lassen.

Den Feldsalat putzen und in eine Schüssel geben. Mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer anmachen.

Alles zusammen servieren und genießen.

*

*



Fingerfood Buffet

*

Noch mehr meiner Wochenpläne findet ihr hier: [KLICK](#)

*

Ideen für eine tolle Tischdeko findet ihr hier:
[KLICK](#)



*

*

Hunger???

**Einfach auf den Titel des Bildes klicken und schon seid ihr
beim Rezept!**



[Klassische Schwarzwälder Kirschtorte](#)



[Original polnische Kohlrouladen](#)



[Spaghetti mit Spezial-Tomaten-Soße](#)



Fussball Buffet



Blumenkohl Nuggets



[Fingerfood Buffet](#)



[Fingerfood Buffet](#)



Mascarpone Creme mit Himbeeren



Vegetarische Frikadellen mit Honig Aioli



Rührkuchen mit Quark



Gefüllte Backkartoffeln