

Rezeptidee:

Die italienische Küche ist vielfältig. Sie wird als mediterrane Küche bezeichnet. Als mediterrane Küche wird das Essen in der Region in der Nähe vom Mittelmeer genannt. Hier kommt zum Beispiel besonders häufig Öl, frisches Gemüse, Fisch und Knoblauch zum Einsatz. Das Nationalgericht in Italien ist wohl Pasta. „Pasta“ ist ein italienisches Wort und bedeutet übersetzt „Nudeln“. Es gibt sie in den unterschiedlichsten Formen und Varianten. Kennt ihr Anellini, Bavette, Cannelloni, Fagottini, Farfalle, Fusilli, Gnocchi, Lasagne, Penne, Ravioli, Spaghetti und Tagliatelle? Und das ist nur eine kleine Auswahl. Probiert doch mal eine mediterrane Nudelpfanne:

Hierfür braucht ihr:

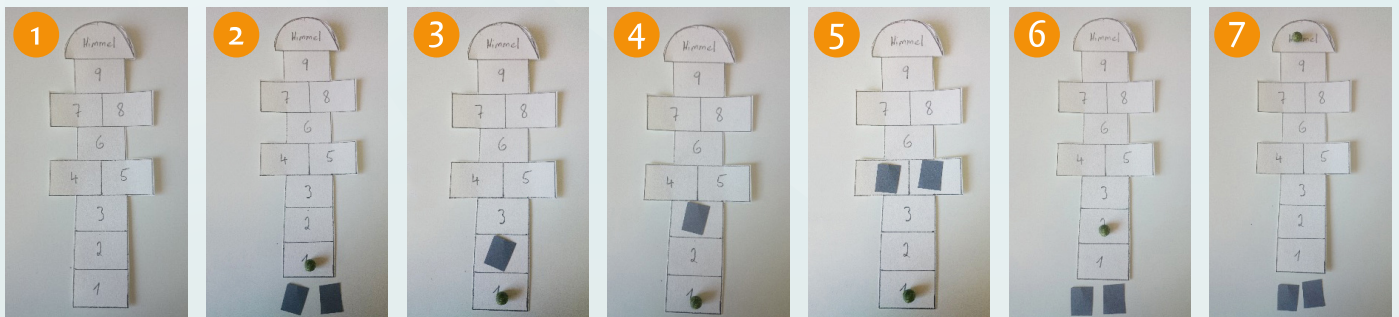
- 250 g Nudeln
- 1 Paprika
- Variabel: Oliven, rotes oder grünes Pesto
- 1 große Tomate
- Basilikum (frischer)
- Olivenöl
- 1 kleine Zucchini

TL (Teelöffel), EL (Esslöffel), g (Gramm), Pck. (Päckchen)



Zubereitung:

1. Nudeln kochen.
2. Alles andere, außer dem Basilikum, in einer Pfanne anbraten.
3. Nudeln hinzugeben.
4. Basilikum hinzugeben.
5. Fertig!



Spielidee:

Wahrscheinlich kennt ihr es alle: „Himmel oder Hölle“. Das Spiel wird fast auf der ganzen Welt gespielt und der genaue Ursprung (also wo das Spiel herkommt) ist nicht bekannt. Aber! Es wird vermutet, dass das Spiel von den antiken Römern kommt und sich über deren weites Straßennetz verbreitet hat. Der Familienservice hat „Himmel oder Hölle“ früher so gespielt:

Male das Spielfeld wie in Bild Nr.1 dargestellt mit Kreide auf den Boden.

Nun wirfst du einen Stein auf das Feld 1 und hüpfst alle Felder, bis auf Feld 1, mit einem Fuß ab. Bei Feld 4+5 und 7+8 und Himmel benutzt du beide Beine und Felder gleichzeitig. Auf dem Feld Himmel drehst du dich mit einem Sprung und hüpfst wieder zurück zu Feld 2. Hier nimmst du den Stein in die Hand, überspringst Feld eins und bist mit der ersten Runde fertig. (Bild Nr. 2–5)

In der zweiten Runde wird der Stein auf Feld 2 geworfen und Feld 2 ausgelassen. So werden alle Felder durchgespielt, bis der Stein auf das Feld Himmel geworfen wird. Du hast es geschafft! Solltest du das Feld, welches dran ist, mit dem Stein nicht treffen, daneben hüpfen oder einen Fehler machen, ist das Spiel vorbei. (Bild Nr. 6–7)

Viel Erfolg!

