BUNTES

aus der Mittagsküche

kurz & knackig notiert

Aber Hallo:

Die Bewertungsbögen des Schulessens, die am Adventsbasar ausgelegt waren, sind ausgewertet.

Über die rege Teilnahme hat sich das Küchenteam gefreut. 😊

Es war sehr hilfreich für uns.

Aufgrund dieser Bewertung sind wir dabei, unsere Speisepläne etwas umzugestalten.

Damit wir auf einzelne Anregungen und Bedürfnisse eingehen können.

Auf diesem Weg ein herzliches Dankeschön an alle, die teilgenommen haben.

Wusstest Du schon:

Das sich einzelne Klassen der Unter – und Mittelstufe zur Küchenbesichtigung an einem Freitag bei uns anmelden können?

Das Projekt ist am 13.03.2026 mit der Klasse 3b gestartet.

Wir möchten Schülern: innen und Lehrern: innen einen Einblick in unsere Küche ermöglichen.

Über jede Klasse die Interesse und ein Stündchen Zeit hat, freuen wir uns. 😊

Gerne dürfen Fragen mitgebracht werden.

Kurz erklärt:

Renner und Penner

Durch die Bewertung des Schulessens ist dieses Projekt entstanden.

Renner ist Mittagessen das sehr gerne gegessen wird. Wie z.B.: Kartoffel-Möhren-Stampf mit Rührei und Gurkensalat, Käse-Lauch-Suppe mit Rinderhackfleisch oder paniertes Fischfilet mit Remoulade und Kartoffeln.

Penner ist Mittagessen das unsere Schüler nicht gerne essen. Wie z.B.: bunte Aufläufe, weiße Bohneneintopf oder Chinakohl- Paprika- Salat.

Die „Penner“ werden wir in Zukunft durch andere Gerichte ersetzen,

Aber die Richtlinien der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) werden wir auch weiterhin berücksichtigen.

Saisonales Rezept: Spinatknödel mit Champignon Rahm Soße

Zutaten:
Für 10 Spinatknödel (4 Personen)
225g. altbackenes Weißbrot
100g. Bergkäse
250g. TK- Blattspinat aufgetaut
2 Eier
1 kleine Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
50 ml Milch
2EL Mehl gehäuft, Salz, Pfeffer, Muskat
Soße für 4 Personen:
500g. Champignon
2 kleine Zwiebeln
20g. Butter
1 Becher Sahne
Salz und Pfeffer

Spinatknödel:
Spinat gut ausdrücken und klein hacken.
Weißbrot in kleine Würfel schneiden.
Bergkäse groß raspeln. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, Knoblauch schälen und pressen.
1/3 des Spinats mit den Eiern in einer Schüssel verquirlen und kräftig würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und restlichen Spinat andünsten. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut durchkneten. 15 Minuten ruhen lassen. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Aus dem Teig 10 gleichgroße Knödel drehen. Vorsichtig ins Wasser geben und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Champignon Soße:
Champignon putzen und in Scheiben schneiden.
Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden.
Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel und Champignon darin andünsten. Mit Sahne aufgießen und mit Salz und Pfeffer würzen 5 Minuten köcheln lassen.
Guten Appetit 😊

Layout & Text: Team der Küche LWL Schulzentrum Olpe