

Die Weihnachtszeit in der Kita versüßen mit dem Ich kann kochen!-Weihnachtspopcorn

01. Dezember 2021



Sarah Wiener Stiftung

Mit Beginn der Adventszeit rücken die Weihnachtsfeiertage immer näher. Der Geruch von Tannenzweigen, Kerzen, Zimt, Anis und Kardamom liegt in der Luft. Doch nicht nur auf dem Weihnachtsmarkt oder im heimischen Wohnzimmer kommt Weihnachtsstimmung auf, auch in der Kita stimmen wir uns mit weihnachtlichem Gebäck und Weihnachtsliedern auf die Feiertage ein.

Weihnachten in der Kita kulinarisch gestalten

Neben zahlreichen Bastelideen, Vanillekipferln oder Zimsternen versüßt [weihnachtliches Popcorn](#) im Handumdrehen jede Kita-Weihnachtsfeier. Denn Popcorn ist nicht nur blitzschnell zubereitet, es kann auch ganz nach eigenem Belieben gewürzt werden. Für ein weihnachtliches Aroma eignen sich zum Beispiel Zimt, Nelken, Kardamom, Orangenabrieb und Vanille oder Anis – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Zum Einstieg bietet es sich wunderbar an, gemeinsam mit der Kindergruppe die

verschiedenen weihnachtlichen Gewürze zu erkunden und über die Herkunft und typische Verwendung zu sprechen. Geruchs- und Geschmackstest sind dabei natürlich erwünscht.

An die Töpfe, fertig, los

Ist eine Gewürzauswahl getroffen und sind alle Zutaten eingekauft, geht es an den Herd. Denn die Zubereitung von Popcorn ist ein echtes Erlebnis für Kinderaugen und -ohren! Liegen die Maiskörner erst einmal im heißen Fett, geht der Spaß los. Beim Erhitzen der Maiskörner bildet sich Wasserdampf und der braucht Platz. Deshalb ploppt die harte Schale auf und die Stärke der Körner quillt heraus. Und Schwups ist der Snack-Klassiker bereit zum Genießen. Für einen größeren AHA-Effekt empfehlen wir einen Glasdeckel für den Topf, so können die Kinder hautnah erleben, wie die Maiskörner im Topf tanzen und platzen. Ein Blick in den Kochtopf verrät zudem auch, ob das Popcorn fertig ist. Das noch heiße Popcorn sollte direkt mit der Würzmischung gewürzt werden, so bleibt sie am besten am Popcorn haften.

Popcorn-Spaß als Geschenkidee

Auch als Geschenkidee eignen sich Maiskörner und die Gewürzmischung abgepackt in kleinen Tütchen hervorragend für den Popcorn-Spaß zu Hause. Die Zutaten im rohen Zustand halten sich besser und werden nicht klebrig oder matschig. Komplettiert wird das Präsent mit unserem [Ich kann kochen!-Rezept für Popcorn inklusive Anleitung und Tipps](#) zum selbst Ausdrucken.

Rezept inklusive Anleitung im neuen [Online-Portal](#)

Zu finden ist das Rezept in unserem [neuen Online-Portal für Genussbotschafter:innen](#). Neben einem neuen Design hält das Portal für Genussbotschafter:innen und alle interessierten pädagogischen Fach- und Lehrkräfte eine Menge neuer Funktionen, Features und Inhalte zum pädagogischen Kochen mit Kindern bereit. Eines der Highlights ist unsere neue Rezeptgalerie mit Filterfunktion. Je nach Mahlzeitentyp, Geschmack oder Saison kann die Vielzahl an Rezepten ganz einfach gefiltert werden. Unter der Galerie warten weitere Rezept-Impulse für den Einstieg oder mit besonderem AHA-Effekt, wie z.B. das [Popcorn](#). Wurde erfolgreich eine Ich kann kochen!-Fortbildung absolviert, werden weitere Rezepte sichtbar. Viel Spaß beim Stöbern und Entdecken!

Download: Weihnachtliches Popcorn-Rezept von Ich kann kochen!



[Download: Popcorn-Rezept von Ich kann kochen! \(PDF\) \(807,1 KiB\)](#)

Kinderzeit-Podcast: Warum sollten wir mit Kindern kochen? Zu Gast: Lisa-Maria Kadow, Genussbotschafterin bei "Ich kann kochen"

Über die Initiative Ich kann kochen!

Die Sarah Wiener Stiftung und die Krankenkasse BARMER haben es sich zur Aufgabe gemacht, Kinder frühestmöglich für eine vielseitige Ernährung zu begeistern. Gemeinsam mit pädagogischen Fach- und

Lehrkräften vermittelt Ich kann kochen! in Kitas und Grundschulen praxisnah und alltagstauglich, wie viel Spaß es macht, sich selbst eine frische Mahlzeit zuzubereiten. Die Initiative fördert Ernährungskompetenz und hilft, Krankheiten wie Übergewicht und Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Ich kann kochen! hat bereits mehr als eine Million Kinder erreicht und ist damit die größte bundesweite Initiative für praktische Ernährungsbildung von Kita- und Grundschulkindern. Qualität und Wirkung des Bildungsangebots wurden wissenschaftlich evaluiert und bestätigt. Ich kann kochen! ist ein [IN FORM-Projekt](#) der Bundesregierung.

Mehr: www.ichkannkochen.de

- [Mail](#)

- [Ich kann kochen](#)
- [Kochen](#)
- [Kochen mit Kindern](#)
- [Popcorn](#)
- [Rezept](#)