Moorhus NABU Besucherzentrum Großes Torfmoor

Regionalzentrum im Landesnetzwerk Bildung für nachhaltige Entwicklung ZUKUNFT LERNEN NRW

Gefördert vom Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen

MOORHUS NACHHALTIGE KREATIV-TIPPS

Franzbrötchen
Vegane Hefeteilchen

Beim Backen das Klima schützen!

13 MASSNAHMEN ZUM KLIMASCHUTZ

3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN

Diese Hefeteilchen schmecken fantastisch und der Aufwand lohnt sich! Eileens Franzbrötchen sind nicht nur **köstlich**, sondern auch **gut für die Umwelt**: Dieses Rezept kommt ganz *ohne* tierische Produkte aus. Das entlastet die Umwelt und das Klima! Denn die Produktion von Milch, Eiern, Butter und Fleisch verbraucht große Mengen an Wasser und Land – und zusätzlich werden viele klimaschädliche Abgase wie Methan und CO_2 ausgestoßen.

Ihr braucht ein bisschen Zeit (der Teig muss mindestens **eine Stunde** *„gehen“*) und etwas Erfahrung beim Backen.

Viel Spaß beim *klimafreundlichen* Backen!

Für etwa 10 Franzbrötchen brauchst du:

Für den Teig:

- 140 ml Pflanzendrink
- 25 g Zucker
- 35 g Margarine
- ½ Würfel Hefe
- 300 g Mehl
- 1 Prise Salz

Für die Füllung:

- 50 g Margarine
- 50 g Zucker
- 1-2 Tl Zimt

Für den Guss:

- 1 El Butter
- 1 El Zucker

Klima-Tipp: Achte bei den Zutaten auf Bio-Qualität und das FairTrade-Siegel!

Moorhus NABU Besucherzentrum Großes Torfmoor
Regionalzentrum im Landesnetzwerk Bildung für nachhaltige Entwicklung ZUKUNFT LERNEN NRW
Gefördert vom Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen

So geht's:

Der Teig:

1. Erwärme die **Pflanzenmilch** mit dem **Zucker** und der **Margarine** in einem Topf. Nimm den Topf vom Herd, wenn das Gemisch lauwarm ist und löse die **Hefe** darin auf.
2. Mische in einer Schüssel das **Mehl** mit dem **Salz** und gib die Hefemischung darüber. Verknete alles zu einem Teig und lasse diesen **abgedeckt für mindestens eine Stunde** an einem warmen Ort ruhen.

Die Füllung:

3. Schmelze in der Zwischenzeit die Zutaten für die Füllung (**Margarine, Zucker und Zimt**) in einem Topf und lasse sie etwas abkühlen.

Wenn der Teig doppelt so groß geworden ist:

4. Rolle den Teig nun zu einem **Rechteck** aus.
5. Verstreiche die Füllung auf dem Teig und rolle den Teig **von der langen** Seite her auf.

6. Schneide von der Teigrolle **schräg** etwa 5 cm breite Teiglinge ab.

7. Drücke mittig mit dem Holzstiel eines Kochlöffels oder eines Pfannenwenders kräftig in den Teigling ein.

Der Guss:

8. Die Butter in dem Topf der Füllung schmelzen und die Franzbrötchen damit bestreichen. Nun etwas Zucker über die Franzbrötchen streuen.

9. Die Franzbrötchen bei **150°C (Umluft)** für etwa **20 Minuten** im Ofen goldbraun backen.

Fertig!

Schon gewusst?

ZIELE FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG

13 MASSNAHMEN ZUM KLIMASCHUTZ | 3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN

Die Vereinten Nationen haben einen Plan beschlossen, in dem steht, was bis 2030 auf der Welt besser werden soll. Dafür wurden **17 Ziele für eine nachhaltige Entwicklung** benannt. Schau Dir das folgende Video an, darin werden die 17 Ziele kurz erklärt: **17 Ziele**

Wir können die Ziele für eine bessere Welt nur erreichen, wenn *alle* mitmachen!

Wenn Du öfter mal auf tierische Produkte verzichtest, kannst *Du* das Klima schützen, also Ziel Nummer 13.

Außerdem kannst *Du* dadurch Deine Gesundheit und Dein Wohlergehen verbessern und damit Ziel Nummer 3 erreichen.

Rezept- und Bilderquellen: Eileen Neufeld