

Kachen a Brachen



Dossier de l'animateur numéro 1 : Les formations pour aide-animateurs et pour animateurs au Luxembourg

Dossier de l'animateur numéro 2 : Sëcherheet

Dossier de l'animateur numéro 3 : Kachen a Brachen

Dossier de l'animateur numéro 4 : Abenteuerpädagogik

Dossier de l'animateur numéro 5 : Lidderhanes

Dossier de l'animateur numéro 6 : Natur

Dossier de l'animateur numéro 7 : Opbau vun enger thematescher Kolonie

Dossier de l'animateur numéro 8 : Spiller

Impressum

Auteurs

Groupe Animateur, Mike Wampach, Gérard Bobby, Sandra Thinnes

Conception graphique et réalisation

Service National de la Jeunesse (SNJ)

Crédit Photo:

www.flickr.com : 46137; Gaetan Lee; EstBleu2007; tico24; Imnop88a; MShades; karynsig; MR+G

Correction

Jean Gérard

Impression

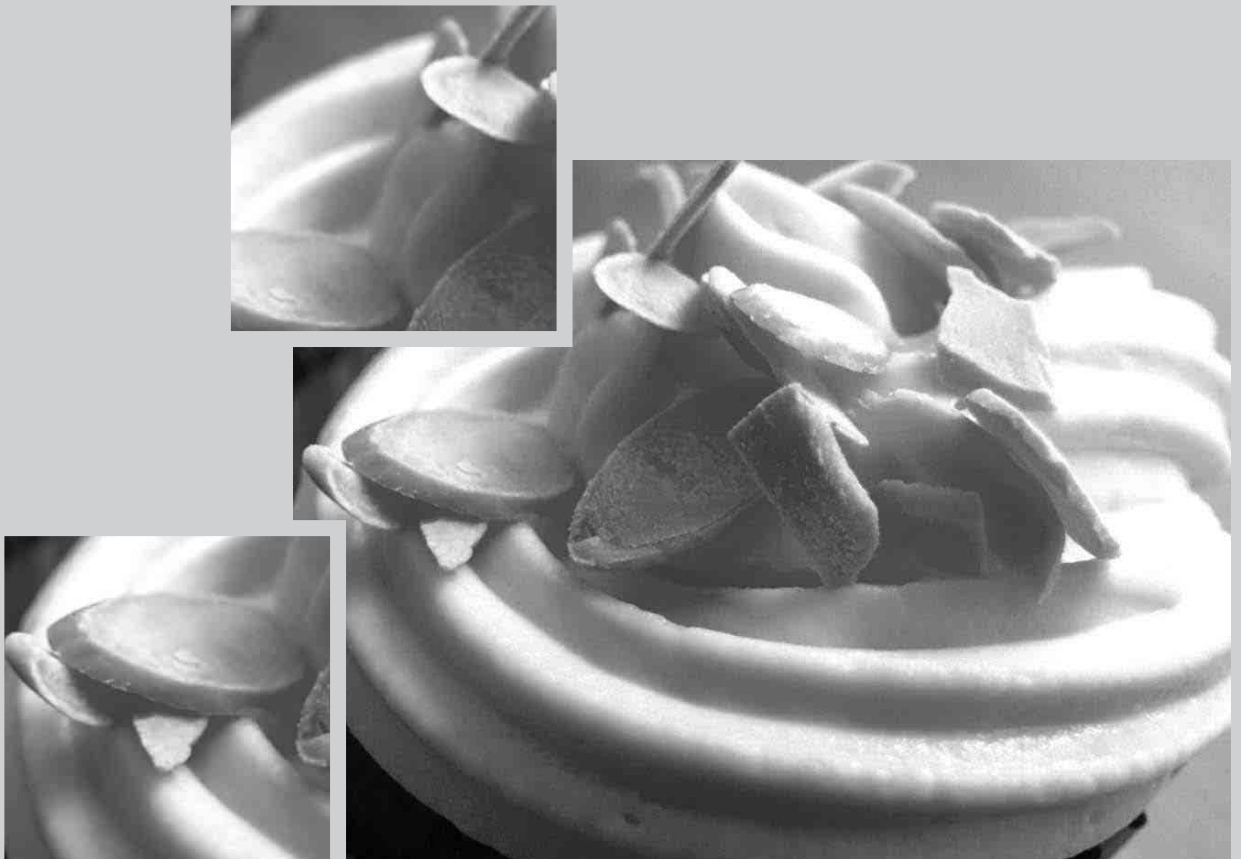
Service Central des Imprimés de l'Etat

Année de publication

2007

Index

Introduktioun	5
Allgemeng Rotschléi	6
Wéivill brauch ee fir ze kachen?	7
De Kachatelier	8
D'Hygiène beim Kachen	10
Gesond Ernährung op Kolonien oder Campen?	12
Iessen um Hike	14
Verschiedde Menuë fir nozekachen	16
Entrée	17
Hauptplat	18
Dessert	19





Introduktioun

Kachen a Brachen

Dossier de l'animateur N°3

Dëst Dokument ass souwuel geduecht fir Leit, déi mol eng Kéier mat engem Grupp wëllen eppes kachen, baken oder broden, wéi och fir d'Kichekuederen, déi sech ëm d'Moies-, d'Mettes an d'Owesiesse vum ganzen Camp oder der ganzer Kolonie bekëmmere sollen. Dir kritt hei kleng Ureegungen, wat een alles ka maachen, mee och verschidden Tips, wourop ee soll a muss oppassen.



Wéivill brauch ee fir ze kachen?

De Kachatelier

D'Hygiène beim Kachen

Gesond Ernährung op Kolonien oder Campen?

lessen um Hike

Allgemeng Rotschléi

Wéivill brauch ee fir ze kachen ?**Waarmt Mëttegiessen**

Liewensmëttel	Portioun fir 1 Persoun
Fleesch	150 g
Geméis	100 g
Zalot	1 gebotzte Pak fir 5 Leit
Nuddelen	100 g
Räis	60 g
Fritten	200 g
Gromperen	125 g
Zopp	40 cl

Opgepasst:

- Bei **Jugendlechen an Erwuessene** rechent een normalerweis e bësse **méi Geméis sou ëm 10 -15 % op de Kapp dobäi.**

Kaalt Moies- an Oweessiessen

Liewensmëttel	Portioun fir 1 Persoun
Brout	125 g
Mëllech	40 cl (2 Glieser)

Opgepasst:

- Bei **Jugendlechen an Erwuessene** rechent een normalerweis **10 -15 % op de Kapp dobäi.**
- Fir moies beim **Kaffi** rechent een normalerweis **10 - 15 % manner Brout**
- Fir moies beim **Kaffi mat Cornflakes** rechent een nach eng Kéier **10 cl Mëllech pro Persoun dobäi.**

De Kachatelier: Zesumme mat engem Grupp kachen

• Wat kann ee bei engem Kachatelier alles maachen?

E Kachatelier muss net nëmmen e Bakatelier sinn, wou ee Kichelcher mëcht. Et ginn nach e ganze Koup aner Saachen, déi een an engem Kachatelier maache kann!

Hei sinn e puer **Iddiën**, wat een op engem Kachatelier alles maache kann:

- Kichelcher/Kuche baken
- Pizza maachen
- E Mëttegiesse fir de ganze Grupp kachen
- En Dessert fir de ganze Grupp préparéieren
- Décoratiounen fir d'Plateauen an d'Dëscher hierstellen
- Gedrénks (Bowlen) maachen
- Brout a Schneekereie bake fir moies oder owes
- Popkorn maachen

• Préparatioun vum Atelier:

Probéier ëmmer fir d'éischt selwer, ob däi Bakrezept och klappt.

- du gesäis wou **d'Schwieregkeete** leien a wéi ee se kann ëmgoen
- domatt mierks du och, fir wéi een **Alter vu Kanner** den Atelier ubruecht ass an du kanns ongeféier wëssen, wéivill **Zäit** d'Kanner am Atelier brauchen an dech dodrop astellen: evtl. Décoratioun maache fir de Rescht Zäit opzefëllen
- du kanns deng **Materialslescht** opstellen, a gesäis wéivill **Platz** ee brauch
- dee Moment wou däin Atelier ufänkt muss d'Material op der Platz bereed leien, well während dem Atelier dierfs du op kee Fall d'Kachplatz verloossen.

- Oflaf vum Atelier:

Während der Zäit, déi fir den Atelier virgesinn ass stinn d'Kanner ënnert dénger Responsabilitéit (cf. p.8), d.h.:

- d'Platz vum Atelier net verloossen
- Kachplakken, Knäipen etc. net ouni Opsicht de Kanner ginn, an och déi soss üblech Sëcherheetsregelen net vergiessen
- D'lesssaache bei de Kanner net ouni Opsicht loossen, well si schmaachen alles (a grouse Quantitéiten).

Och **Raumen, Botzen a Spulle** gehéieren zur Aktivitéit! **D'Kanner alleguer** sollen sech hei bedeelegen.

Wann's du éischter ewéi virgesi fäerdeg gëss, da kanns du dës Zäit mat **Décoratioune** bastelen, Tiitercher maache fir d'Kichelcher, etc. opfëllen.

D'Kanner sollen am beschten och während dem Atelier nach **d'Baksaachen an den Uewe** stellen. Wann dat während dem Atelier selwer net méi méiglech ass, da soll een d'Kanner awer och duerno nach eng Kéier zesummeruffen, an et mat hinnen zesumme maachen.

Leider kënn et bei Kachateliere regelméisseg vir, dass den **Atelier näischt ginn** ass (d'Kichelcher si schwaarz, den Dessert ass um Buedem geland, ...). Da soll een de Kanner dat och offe soen, an et net hannert hirem Réck flécke goen. Wann een Zäit a Loscht huet, kann een de Kanner proposéieren, den Atelier méi spët nach eng Kéier ze maachen.



D'Hygiène beim Kachen

Du kachs net nëmme fir dech selwer, mee fir ee ganze Grupp. Doduerch hues du eng grouss Responsabilitéit fir opzepassen, dass dat lessen och uerdentlech a propper zoubereed gëtt. Dofir soll een an enger Kichen op ee ganze Koup Saachen oppassen.

• Kierperhygiène

Et ginn e puer elementar Regeln, déi jiddereen an enger Kichen anhale soll:

Virum Kachen:

- D'Hänn wäschen
- Bei laangen Hoer: e Wutz maachen oder eng Kap undoen
- Réng, Braceleten an Aueren ausdoen
- Op d'Gezei oppassen, dass een et net am lessen erëmfënnt (am Beschten e Schiirtech undoen)

D'Hänn sollen och all Kéier **gewäsch** ginn:

- nodeem een op d'Toilette war
- nodeem ee geschnäizt huet
- nodeem een nach net gewäsche Liewensmëttel ugepaakt huet
- wann een eppes vum Buedem opreeft
- ...

• D'lesswueren an d'Aarbechtsgeschir

Am Ufank musst dir dofir suergen, dass äert **Aarbechtsgeschir propper** ass. Et kann een net ëmmer dovun ausgoen, dass eng Pan, en Dëppen oder e Knäip aus dem Schaf och ganz propper ass. Kontrolléier dofir däin Arbechtsgeschir am beschte schonn éier's de ufänks mat kachen, well soss kann et stresseg ginn. Beim Spulle soll d'Aarbechtsgeschir propper gespult an duerno och mat engem propperen an drëchenen Duch ofgemaach ginn. Dofir ass et och wichteg, dass du d'Dicher uerdentlech ewechleess (auserneen an opgehaangen), soubal se gebraucht gi sinn.

Kuckt fir är **Aarbechtsplaat**z ëmmer esou **propper** ewéi méiglech ze halen, dat heescht all Offall soll direkt am Drecksback landen.

Knaschteg an net knaschteg Aarbechtsprozesser solle vunenee **getrennt** ginn, dat heescht keng Gromperen op der Plaatz schiele wou doniewt scho propper Zalot läit.

All **frësch Liewensmëttel** (och Fleesch a Fësch) eng Kéier **wäschen**, éiert een se weiderverschafft. Fleesch a Fësch kann een duerno an engem Kichepabeier drëchnen, éier een et schneid oder bréid.

Alles wat **gekacht** gött, muss **uerdentlech duerch** sinn, well soss eventuell nach Keimen an de Liewensmëttel drasinn. Bei gefruerenem Fësch oder Fleesch ass de Jus dee beim Entdeeën entsteht gäre voller Keimen. Hei och besonnesch oppassen, dass soss kee Liewensmëttel domatt a Kontakt kënnt.

lesswueren, déi méi laang gehale ginn, mussen esou séier ewéi méiglech an de **Frigo oder d'Tiefkühltruh** kommen. Dobäi muss awer opgepasst ginn, dass de Frigo oder d'Truh net iwerfëllt gött, well se soss net méi genuch kille kënnen.

Folgend **lesswuere verdiewe** schnell:

1. Gehacktes an Thüringer
2. Geflügel
3. Charcuterie
4. gebrodent Fleesch
5. réi Eeër, Eeër- a Mëllespeisen, Glace
6. Mayonaisen an Zaloten

Verbraucht dat séier, nodeems et kaf ginn ass.



Gesond Ernährung op Kolonien oder Campen?!

Wann een normalerweis vu gesonder Ernährung schwätzt, denkt een un e bestëmmte Kalorienhaushalt, deen ee respektéiere misst oder un eng bestëmmten Zesummesetzung vun eenzelne Moolzechten. Dëst ass op Kolonien/Campen sécherlech net realiséierbar.

Et kann ee just op vereenzelt Saachen oppassen, fir dass d'Kanner sech eenegermoosse richtig ernähren. Mir probéieren hei, déi wichtegst Saachen opzezielen op déi een oppasse muss.

- De Kanner virum lessen **näischt ze drénke ginn**: Wann d'Kanner Gedrénks um Dësch stoen hunn, éier d'lessen do ass, fänke si och schonn u mat drénken. Doduerch hu se während dem lessen net vill Hunger, kréien es awer nees während den Aktivitéiten, wou näischt fir z'iesse méi do ass. Well d'Kanner awer zimlech aktiv sinn, musse si genuch iessen! Dofir d'Gedrénks eréischt op den Dësch stellen, wann och d'lessen do ass (no der Zopp).
- D'Kanner **net forcéieren eppes z'iesse, wat se net gär hunn**: Verschidde Kanner weigere sech heiansdo eppes z'iesse, a behaupten, se hätten dat net gär (virun allem beim Geméis.) Soulaang wéi dat net zur Regel gëtt, soll een do de Wëlle vum Kand respektéieren (et kann ee probéieren d'Kand ze iwerrieden, mee et soll een näischt forcéieren). Et muss een awer oppassen, dass dat Kand da bei den nächsten lessen déi Nährstoff kritt, déi et hei net krut. Déi Saachen **net zur Regel gi loossen**!
- Wann eng Kéier e Kand **keen Hunger** huet, a guer näischt iesse wëllt, da soll een him **awer eppes klenges z'iesse ginn**, well soss kritt et de géien Hunger op den Aktivitéiten. Et muss een dann och oppassen, dass dëst Kand bei der nächster Moolzecht awer genuch esst. Wann et dann och nach näischt wëllt, kënnt dir sécher sinn, dass mat dem Kand eppes net stëmmt (Krankheet, Anorexie, Heemwéi, ...)
- Et kann een de **Kanner** um 3 Auer e **Stéck Uebst** ginn. (Si iessen et da relativ gären)
- **D'Saachen net laang dobausse stoe loossen**, mee direkt an de Frigo setzen! Eischens hale sech d'Saache besser an zweetens bleiwen dann och **d'Vitamine méi** an de Saachen dran!

Wann dir selwer fir d'**Mëttegiessen** zoustänneg sidd, da suergt dofir, dass all Mëtteg wéinstens 3 Saachen do sinn: Fleesch oder Fësch ; Geméis ; Beilagen. Suergt och dofir, dass bei denen 3 Saache genuch **Ofwiesslung** ass!

Och beim Moies- an Owesiesse soll fir genuch Ofwiesslung gesuergt ginn. Hei nach e puer Iddiën, wat een alles ka moies oder owes op den Dësch ginn:

Moiesiessen:

- Müsli
- Cornflakes
- Gebeess
- Schokelasbotter
- Hunneg
- Kéis (verschidden Zorten)
- Verschidden Zorte Brout

Owesiessen:

- Kéis (verschidden Zorten)
- Ham
- Zoossiss
- Gewurstelt
- Gereecherte Fësch
- Gebeess
- Sauer Cornichongen
- Grouß Cornichongsscheiwen
- Wuerzele fir ze knabberen
- Tomatestécker
- Zaloten
- ...



lessen um Hike

Um Hike ass d'Geleeënheet fir d'Kanner ëmol selwer hire Menu zesummenzestellen an ze kachen. Dofir kann een och virum Hike scho mat hinnen diskutéieren, wat si alles iesse wëllen. Et muss een dobäi awer op verschidde Saachen oppassen:

- D'lesse soll ofwiesslungsräich sinn (net: Mëttes Ravioli an owes Pakalu mat Nud-delen)
- Keng Saache mathuelen déi séier verdierwen (net: Thüringer, réi Gehacktes, ...)
- Näischt mathuele, wat schwéier ze droen ass (keng Raviolisbéchsen oder grouss Dëppe während 7 km ronderëmschleefen)
- Ee klenge Snack (Müsliriegel oder Uebst) fir ënnerwee ass ëmmer gudd, fir dass d'Kanner net de géien Honger kréien.
- D'Kanner mussen genuch ze drénke kréien. Wann se selwer kee Bidon hunn, da soll een hinne kleng (0,5-Liter) Fläsche Waasser bestellen. Déi kënnen se dann ëmmer nees opfëllen.
- Bei all lesse soll och genuch Geméis dobäi sinn. Et kann ee jo all Kéier verschidde Geméisorte bestellen, sou dass fir all Kand eppes dobäi ass wat him schmaacht. Et muss ee just oppassen, dass een dann net zevill kritt.

De Kanner mécht et Spaass, wann si selwer hire Menu e bëssen emännere kënnen. Dofir ass et flott, wann een och bei fäerdege Saachen nach e puer Extraë mat aplangt. Zum Beispill kann ee Ravioli mat Ënnen, Kéis, Champignonen aus dem Glass, Rahm (UHT), Paprika oder Iebessen aus dem Glass verfeinere. Och Salz, Pfeffer, "Herbes de Provence" a Paprikagewürz gehéiere bei all Hikeiesse mat dozou. D'Kanner sollen d'Geméis an d'Gewürzer och roueg selwer an hirt lesse maachen; och wann et herno zevill gepeffert ass, schmaacht et dann am allerbeschten.

Denkt och un déi Saachen, déi dir braucht fir d'essen uerdentlech zouzebereeden, wéi zum Beispill:

- eng Pan oder en Dëppen
- en Teller oder eng Gamelle (en Aludëppche kann dat och gutt ersetzen)
- Löffelsgeschir
- e Bräiläffel oder eng Schëppchen
- eng Grillzaang
- e Béchsenöffner
- grouss Dreckstuten (fir eng propper Plaz ze hu wou een d'lesssaachen hisetze kann, a fir den Ooffall)
- Kichendicher
- Schaffhändschen oder Grillhändsche fir e waarmt Dëppen, eng Pan oder en Aludëppchen aus dem Feier ze huelen.
- ...

Wann dir bei e Bauer hikë gitt, da frot no, ob dir bei him eventuell Mëllech kënnst kréien. Wa jo, da sot dem Responsable bescheed, da brauch deen net esou vill anzekafen.

Hei sinn e puer Quantitéiten, déi nützlich kënnen sinn:

lesswueren	Quantitéit fir Kanner vun ~12 Joer
1kg wäisst Brout (=33 Schmieren)	Bei Kaffi ouni Cornflakes : 3 Schmieren
1 schwaarzt Brout (=25 Schmieren)	Bei Kaffi ouni Cornflakes : 2 Schmieren
Croque Monsieur	2 - 3 pro Kand (mat 2 Schmieren)
	1 Croque-Monsieur-Brout = 20 Schmieren
Ravioli	2 grouss Béchsen (2x800g) fir 3 Kanner
Nuddelen	150g pro Persoun (am ongekachten Zoustand, wann se gekacht sinn, da si se méi schwéier)
Gehacktes fir Pakalu	120g pro Persoun
Mettwurst oder Wiirschtchen	2 pro Persoun
Ënnen, Tomaten oder Paprika	1 fir 4 Leit
Mëllech mat Cornflakes	1 Liter fir 2-3 Leit soss: 1 Liter fir 3-4 Leit

Entrée

Haaptplat

Dessert

Verschiedde Menuë fir nozekachen

Beim Kache fir e Grupp gëtt et ee groussen Ënnerscheed zum Kachen doheem: Et dauert alles vill méi laang. Et muss een also fréi genuch ufänken, wann een zur Zäit wëllt fäerdeg ginn. Zum Beispill fir Fleesch ze botzen a kleng ze schneide kann ee fir 40 Leit eng gutt Stonn arechnen.

Denk och drun, fir mat Zäit Waasser opzesetzen, wann's de wëlls Nuddelen, Räis, Gromperen oder anert Geméis kachen. E grousst Dëppe Waasser brauch och bis zu enger Stonn, bis dass et kacht.

Beim Salze vum Kachwaasser gëtt et eng einfach Manéier fir erauszefannen, op genuch gesalzt ass: Et muss een einfach d'Salzwaasser schmaachen.

Hei sinn elo e puer Rezepten, déi sech gutt eegene fir op enger Kolonie oder engem Camp fir e Grupp ze kachen:

Entree:

Eng einfach Quiche Lorraine ouni Deeg

Zutaten:

- 3 Eeër
- ½ l Mëllech
- Salz + Pfeffer (+ gréng + roud Gewürzer)
- Geméis (Ënnen, Champignonen, Tomaten, Poretten,...) an/oder Speck
- 100 g gerappte Kéis
- 100 g Miel

D'**Geméis** an de **Speck** an enger Pan ubroden an op d'Säit stelle fir ofkillen ze loossen.

An enger Schossel d'**Eeër** mat der **Mëllech** an de **Gewürzer** vermëschen. D'**Geméis** an de **Speck** an de **Kéis** dobäischëdden a gutt ëmréieren. Ofschmaachen (et muss engem e bësse salzeg virkommen). Zum Schluss d'**Miel** draschëdden an nach eng Kéier gudd ëmréieren.

Dat Ganzt an eng agefette Form maachen a **40-50 Minuten** laang an dem virgeheizten Uewe bei **200-225°C** goe loossen.

Hauptplat:

Paschtéitegeféills mat Poulet (fir 10 Leit)

Zutaten:

- Ee Pouletsschnitzel op de Kapp
oder 1 Hung pro 5 Leit
- 4 l Hingerbouillon
- 3 Glieder geschnidde Champignons
- ee Grapp voll Miel (~ 3 grouss Löffel)
- grad esouvill Botter wéi Miel (~ 3 grouss Löffel)
- Salz a Pfeffer
- evtl 1 klengt Dëppche Rahm
- ½ l Mëllech
- Paschtéite fir ze fëllen

De Poulet op de Réck leeën a vu bannen a bauss wäschen, oder d'Pouletsschnitzelen ofwäschen. D'Fleesch mat Kiche-
pabeier dréchen tuppen. An engem groussen Dëppe 4 l Waasser kachen an de Bouillonspudder dran opléisen. Dann d'Fleesch draleeën an ~ 20 min kachen (et muss gutt duerch sinn, Schnitzele brauchen net esou laang wéi ganz Hinger). Dann d'Fleesch eraushuelen an de Bouillon op d'Säit stelle fir herno. Wann d'Fleesch e bëssen ofgekillt ass, a kleng Stécker schneiden. An der Zwëschenzäit kann een alt d'Zooss préparéieren: fir eng "Sauce Béchamel" léisst een e Klompe Botter an enger Kasseroll schmëlzen (~1 décke Löffel fir 3 Leit). Dann tippt ee grad esouvill Miel dran, a réiert mat engem hëlzene Löffel bis eng Aart grimmlech "Paste" entsteet. Hei gëtt dann d'Flëssegheet no an no drop geschott a mam Schnéibiesem geréiert.

Fir dass et keng Klëmpecher ginn, soll een d'Miel-Botter-Mëschung e bëssen ofkille loosse, an d'Flëssegheet e bëssen erhetzen. Fir eis Zooss huele mir als Flëssegheet ~ ½ l Mëllech an ½ l Bouillon, evtl e bësse méi. Wann een dat bis anenee geréiert huet, da muss et nach emol opkache, fir ze décksen. Oppassen: brennt liicht un, also vill réieren!

Elo kann een nach Rahm draschëdde fir ze verfeinere (muss net sinn), a mat Pfeffer a Salz ofschmaachen. Déi klenggeschnidde Fleeschstécker an déi ofgedrëpste Champignons ginn elo einfach an d'Zooss gëtippt, eemol kache gelooss, nach eemol ofgeschmaacht a fäerdeg. Als Bäilag: gekachte Räs a Paschtéiten, déi een am Schäffche wiermt a mat der Zooss fëllt.

Poulet Curry (fir 10 Leit)

Zutaten:

- 10 Pouletsschnitzel
- ee Schnatz Margarine (~ 50 g)
- ee Grapp voll Miel (~ 3 grouss Löffel)
- Salz a Pfeffer
- ½ Dëppche Curry
- 1 klengt Dëppche Sauerrahm
- ½ l Mëllech

D'Schnitzelen a kleng Würfele (~ 2 op 2 cm) schneiden. An enger héiger Pan ubroden (bal duerch an duerch) a mat Salz, Pfeffer an e bësse Curry wärzen.

D'Kachplack kleng stellen an nach ee gudd Schnatz Margarine an d'Pan ginn. D'Miel a Curry dropschëdden (mat enger Holzschëpp ëmréieren), bis dass d'Miel all d'Margarine opgesaugt huet. Et gesäit elo zimlech komesch aus, mee et gëtt awer ganz gutt! D' Sauerrahm lues dropginn (oppassen: Klümpercher) a mat enger Holzschëpp d'Zooss duerchernee maachen (ouni d'Fleesch futti ze maachen). Mëllech noschëdde bis dass ee genuch Zooss huet an d'Fleesch mat der Zooss bedeckt ass. Mat Salz, Pfeffer a vill Curry nowirzen.

D'Kachplack nees héich stellen an nach eng Kéier ënner regelméissegem Réieren opkache loosse. D'Zooss gëtt elo réischt fest. Waarm zerwéieren.

Dessert:

Eng Bananecrème (fir 20 Leit)

Zutaten:

- 10 Bananen
- 2-3 Zitrounen
- 200g Zocker
- 10 Eeër
- 1,5 l Rahm
- 2 Päckelcher Gelatine
- e bësse Cacao

D'Banane schielen an an enger Schossel zu engem Bräi zertripsen. Dobäi Zitrounejus drop schëdden, fir dass d'Bananen net brong ginn. Den Zocker an d'Eegiel dobäi schëdden a verréiere bis et e bësse flësseg ass.

An enger propperer Schossel d'Eewäiss zu Schnéi klappen. D'Rahm an enger zweeter Schossel zu Schlagsahn klappen.

D'Gelatine sou opréieren, wéi et op der Packung steht. Elo de Schnéi, d'Schlagsahn an d'Gelatine regelméisseg a gemittlech mat engem Schnéibiesem ënnert de Banannebräi hiewen. E bëssen an de Frigo stellen. Wann d'Crème gutt ass, mat engem Sift e bësse Cacao op d'Crème verdeelen.

E schnelle Kuch fir all Goût

Fir den Deeg:

- 150 g Miel
- 2 TL Bakpulver
- 100 g Zocker
- 3 Eeër
- 8 EL Ueleg
- 1 Pris Salz

Miel, Bakpulver a Salz an enger Schossel mëschen, Zocker ënnerréieren. Dann d'Eeër an den Ueleg no an no derbäiginn. Zwëschenduerch ëmmer mam Mixer réieren, sou dass en zéiflësseg Deeg entsteet.

Elo kann een nach ofgedrëpstent Uebst aus dem Glas (Kiischten, Pijen, ...), klenggeschniddent frëscht Uebst (Äppel, Biren,...), Schockelasgrimmelen oder Kakao mam Deeg vermëschen, fir e gudde Goût dran ze kréien, je nodeems wat grad do ass.

Gebak gëtt dëse Kuch an enger Kucheform (ronn oder véiereckech) oder a Muffinsformen. Et kann een och Pabeierförmelchen huelen. Dat ganz brauch bei 200 ° ongeféier ½ Stonn am Schäffchen, a kleng Forme manner, a grouse Forme méi laang.





Association des girl-guides
luxembourgeoises



ÉCOLE NATIONALE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE
ET DES SPORTS



Groupe Animateur



Jeunesse Étudiante Chrétienne



Lëtzebuerger
Guiden a Scouten



Lëtzebuerger Jugendpompjeeën



Document édité par la commission consultative
à la formation des animateurs de loisirs.

Ce document a été rédigé par :

Adresse postale

Boîte postale 707 • L-2017 Luxembourg

Adresse siège

1, rue de la Poste • L-2017 Luxembourg

Tél.: (+352) 478 - 6465 Fax: (+352) 46 41 86
info@snj.etat.lu • www.snj.lu

