

# Omelettemuffins

## Was ihr braucht:

9 – 10 Eier  
etwas Milch  
Salz und Pfeffer  
etwas Butter  
Muffinblech

## Und ganz nach Geschmack:

Tomaten, Paprika, Erbsen, Pilze,  
Schnittlauch, Frühlingszwiebeln,  
Oregano, Basilikum, Petersilie, Knob-  
lauch, Parmesan, Schnittkäse, Schafs-  
käse, Mozzarella usw.

## Wie es geht:

Das eingefettete Muffinblech auf die Tischmitte stellen. Alle, die Omelette-Muffins essen möchten – im besten Fall die ganze Familie – suchen sich ganz individuell das aus, was er/ sie im Omelett haben möchte und zerkleinert das auch selbstständig. Gerade hierbei können die kleinen Kinder ihre Fähigkeiten im Schneiden prima ausprobieren und schulen. Ganz nach dem Motto von Maria Montessori: „Hilf mir, es selbst zu tun,“ lassen sie das selbst Ausgesuchte auch selbst schneiden. Geben Sie den Kindern die altersgerechten Schneidewerkzeuge und die Zeit, die sie brauchen, um alles allein hinzubekommen. Helfen Sie nur, wenn Sie darum gebeten werden. Dann aber auch nur soweit, dass das Kind allein weiter schneiden kann. Denn das macht stolz, groß und noch mehr Appetit auf Omelette!



Jede/r befüllt ihre/ seine Muffinformen mit dem Kleingeschnittenen maximal zur Hälfte. Eier, Milch, Salz und Pfeffer werden in einem Gefäß zusammengemixt mit welchem man gut gießen kann. Diese Eiermischung in die Förmchen gießen, so dass diese nicht ganz voll sind. Bei 200 Grad werden die Omeletts etwa 20 Minuten im Ofen gegart bis sie goldgelb sind. Fertig ist der kleine Gaumenschmaus, den jeder für sich selbst zubereitet hat.

