Naturpark
Teutoburger Wald
Eggegebirge

Felix-Fechenbach-Str. 5 · 32756 Detmold
info@naturpark-teutoburgerwald.de
www.naturpark-teutoburgerwald.de

Regionale Produkte
Regionale Identität

Gefördert durch das Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen

Herausgeber: Naturpark Teutoburger Wald / Eggegebirge
Text: Yvonne Pomrehn
Illustrationen und Layout: Werner Röhren, KOMMA GmbH, komma-design.de

Teutus

Die Wildkatze

Teutus
erkundet die
Landschaft und
lernt kochen

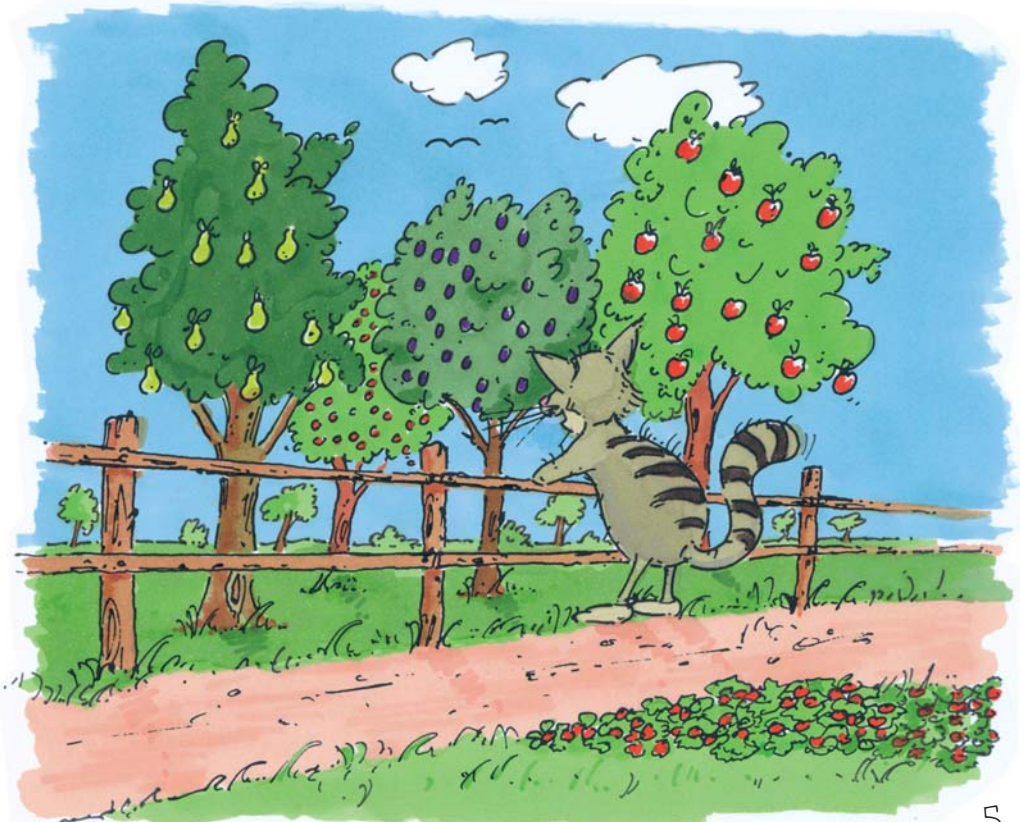
Der kleine Kater Teutus ist eine Wildkatze und wohnt an der Grenze zwischen dem Teutoburger Wald und dem Eggegebirge.

In der bergigen Landschaft seiner Heimat gibt es viel zu sehen und zu entdecken: üppige Wälder, fruchtbare Äcker, saftige Wiesen und klare Gewässer.

„Heute ist so schönes Wetter, ich mache eine Wanderung“, überlegte sich Teutus an einem schönen Morgen und machte sich unternehmungslustig auf den Weg.

Er kam an einer Obstwiese vorbei mit einem Erdbeerfeld nebenan: „Mhm, was hier alles Leckeres wächst: Äpfel, Birnen, Kirschen, Pflaumen und Erdbeeren“.

„Toll! Daraus kann man auch Saft und Marmelade machen“, freute sich Teutus.



Er spazierte weiter und gelangte auf einen Hügel, von dem aus ein Weg durch große Kornfelder führte. „Wow!", staunte Teutus, „das sind ja riesige Felder".

In der herrlichen Sonne leuchtete das Getreide wie ein Meer aus Gold. Er bemerkte, dass alle Felder zwar ähnlich aussahen, hier aber ganz unterschiedliche Arten von Getreide standen.

Eine Getreideart trug ganz lange Grannen – das sind die Borsten an den Körnern. „Klar, das muss Gerste sein". Die zweite hatte nur Körner ohne Grannen am Halm. „Dann ist das Weizen!"

„Aber was ist das?" Teutus hielt einen Halm in der Pfote, der Körner und kleine Grannen trug. Angestrengt überlegte er: „Aha, ich hab´s … Roggen! Das war nicht leicht."

Getreide ist sehr wichtig. Wenn es zu Mehl gemahlen wird, kann man daraus Brot, Brötchen und Kuchen backen. Außerdem werden die Tiere auf Bauernhöfen damit gefüttert.

Der kleine Kater genoss die Aussicht und machte es sich auf einer Wiese neben dem Feldweg gemütlich. Während er vor sich hinträumte, machte es plötzlich hinter ihm „Muuuuhhh!"

Teutus erschrak ganz fürchterlich. Er bemerkte schnell, dass es nur die Kuh Lotte von dem Bauernhof in der Nähe war. Er hatte sich versehentlich auf ihrer Futterwiese ausgeruht.

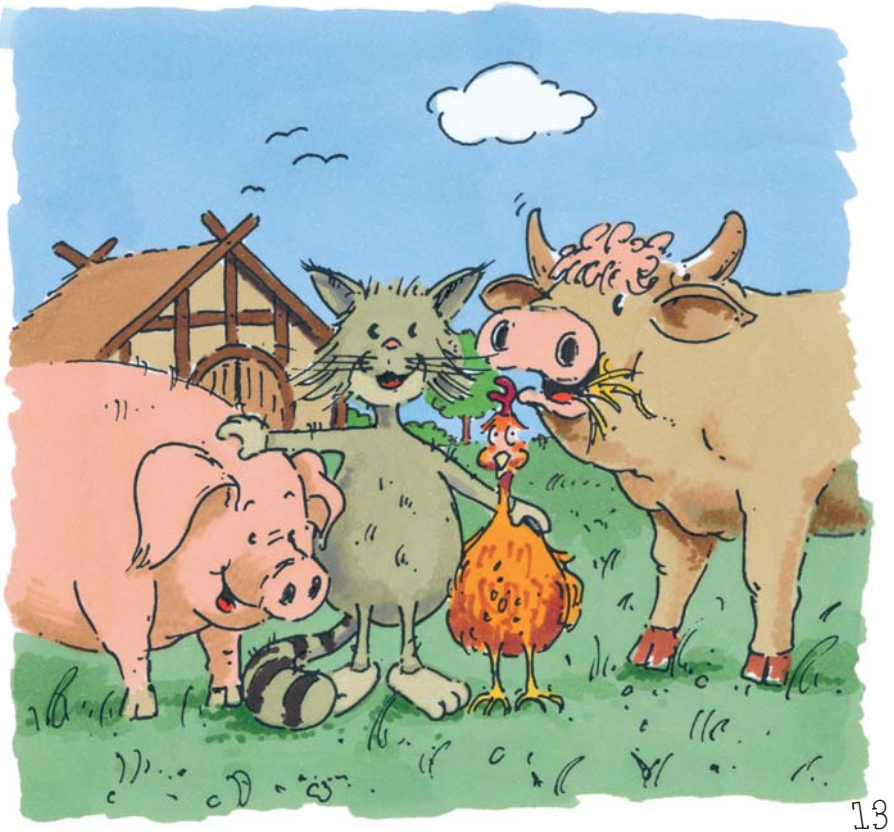
Auf dem Bauernhof wohnen viele Tiere.

„Lotte“ die Kuh kennen wir schon von der Weide. Kühe geben gesunde, köstliche Milch, aus der man auch Käse herstellen kann.

Das Huhn „Gertrud“ und die andern Hühner legen jeden Tag herrlich frische Eier.

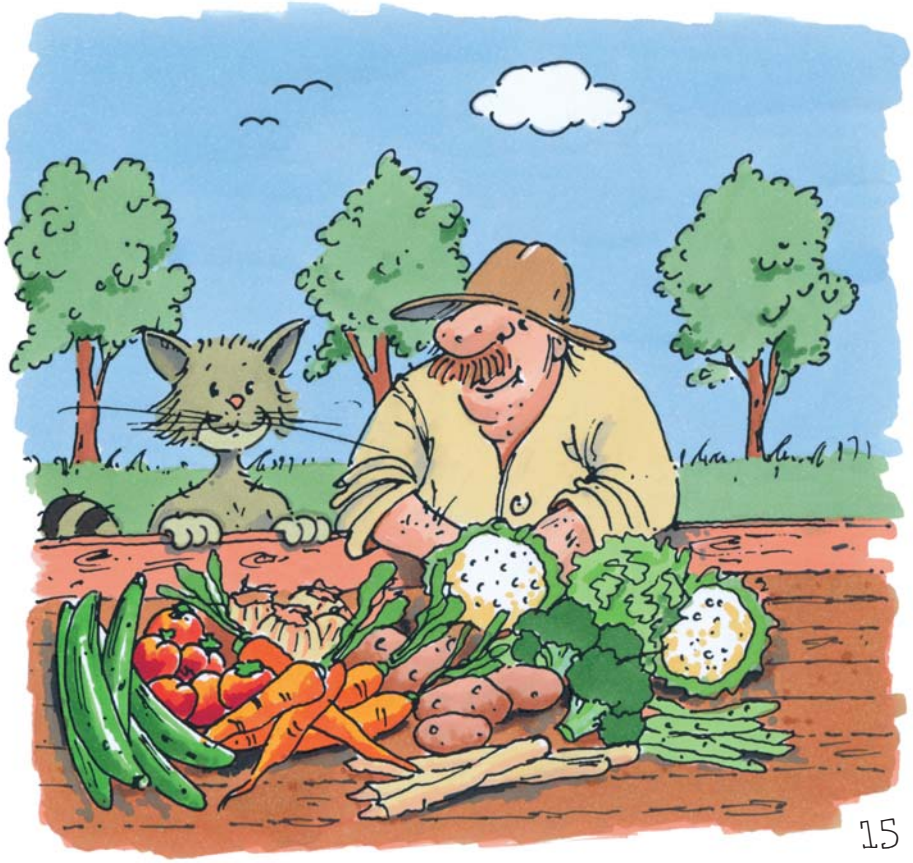
Es gibt auch noch das Rind „Blondi“ und das Schwein „Rosa“.

Auf dem Bauernhof haben die Tiere reichlich Platz zum Rumtollen, sie haben Gesellschaft und immer leckeres Futtergetreide.



Der nette Bauer Knolle ist der Besitzer vom Bauernhof und hat neben seinen Tieren auch ein großes Gemüsefeld. Darauf wachsen Möhren, Zwiebeln, Brokkoli, Blumenkohl, Erbsen, Bohnen, Kartoffeln, Salat und Gurken. Und Spargel baut er auch an – „Mmmh!"

Das Gemüse verkauft er dann direkt auf seinem Hof oder in der Stadt auf dem Wochenmarkt.



Teutus verabschiedete sich von dem Bauern und gelangte nach kurzer Zeit wieder in den Wald, in dem er wohnte.

Da stellte er fest, dass am Waldrand drei riesige Buchen fehlten und drei kleine Buchen direkt daneben wieder heranwuchsen. Dem cleveren kleinen Kater fiel ein, dass sicher ein Tischler die Bäume zum Bauen eines Tisches oder eines Schrankes brauchte.

Aus großen Bäumen werden nämlich Bretter gemacht und daraus dann später unsere Möbel.

Zu Hause angekommen dachte Teutus noch einmal über seinen aufregenden Tag und seine Erlebnisse nach.

Er dachte an die schöne Landschaft, durch die er gewandert ist: an die Felder, Obstwiesen, Wälder und an den netten Bauern. Er hatte auf dem Bauernhof viele Freunde gefunden, die er bald wieder besuchen würde.

Teutus wurde vom Nachdenken ganz müde und schlief glücklich und zufrieden ein.

Am nächsten Morgen hatte der unternehmungslustige kleine Kater eine prima Idee. „Ich habe gestern so viele leckere Sachen gesehen, die es in der Natur und auf dem Bauernhof gibt, ich sollte kochen lernen."

Teutus stöberte im Bücherregal nach dem Kochbuch seiner Oma: „Super, da ist es ja."

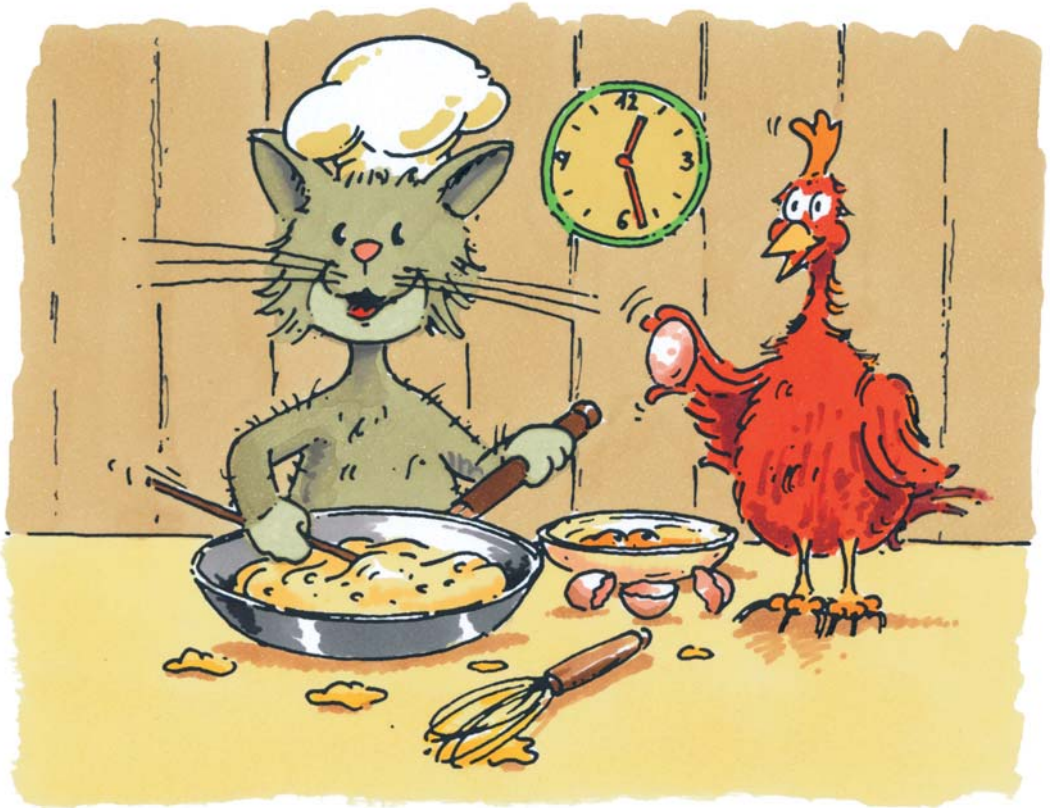
In der Küche angekommen legte der kleine Koch gleich los: „Am besten fange ich mit etwas Einfachem an", dachte Teutus „Mal sehen, mhm, genau! … Rührei!",

ich brauche für 2 Personen:

- 4 Eier
- ein kleines Stückchen Butter
- eine Prise Salz und Pfeffer

„Die frischen Eier von den lieben Hühnern vom Bauern Knolle schlage ich in eine Schüssel und verrühre sie. Danach noch einige Prisen Salz und Pfeffer dazu."

„Nun die Butter in der Pfanne schmelzen und das Rührei einfüllen. Ab und zu ein wenig umrühren, damit es nicht anbrennt. FERTIG!"



„Jetzt probiere ich mal einen Gemüseauflauf", überlegte sich Teutus und erfuhr aus dem Kochbuch:

Man nehme für 3 Personen:

- 1 Broccoli, 1/4 Blumenkohl, 50 g Spargel,
- 200 g Schmelzkäse, 150 ml Sahne,
- 4 mittelgroße Kartoffeln, 200 g geriebener Käse
- Salz und Pfeffer.

„Gemüse und Kartoffeln grob würfeln und anschließend ungefähr 10 Minuten ankochen."

„Dann erhitze ich rührend den Schmelzkäse mit der Sahne und gebe das Gemüse und den Spargel in eine mittlere Auflaufform. Die Käse-Sahnesoße darüber gießen und etwas Salz und Pfeffer dazu. Den geriebenen Käse darüber streuen. Bei 200° ungefähr 30 Minuten auf mittlerer Schiene im Backofen überbacken. Mhm, lecker!"

„Und jetzt versuchen wir mal Nudeln – am besten Spaghetti, die mag jeder!"

Man nehme für 2 Personen:

- 250 g Spaghetti
- 6 Esslöffel Tomatenketchup
- Currypulver und Paprikapulver
- Salz und Pfeffer

„Ich verdünne den Ketchup mit etwas Wasser. Dann lasse ich ihn kurz aufkochen. Danach gebe ich eine Prise Curry, eine Prise Paprikapulver, etwas Salz und etwas Pfeffer hinein."

„Für die Nudeln Wasser kochen lassen, Nudeln rein, außerdem noch etwas Salz hinein. Die Spaghetti lasse ich 9 Minuten kochen. Dann nur noch das Wasser abgießen – und das Gericht ist fertig."

„Und denkt dran: Bei Spaghetti mit Ketchup möglichst kein weißes T-Shirt anziehen!"

„Bevor es an den Nachtisch geht, noch mein Versuch mit einem Schnitzel", denkt Teutus.

Man nehme für 2 Personen:

- 2 Schweineschnitzel
- 1 Ei und etwas Butter
- Einige Prisen Salz und Pfeffer
- Paniermehl – 1 Hand voll auf einem Teller

„Zuerst verreibe ich etwas Pfeffer auf den rohen Schnitzeln. Danach schlage ich das Ei auf, verrühre es auf einem Teller und wende die Schnitzel darin. Dann auf beiden Seiten im Paniermehl wälzen."

„Nun etwas Butter in der Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin goldbraun anbraten – ganz langsam, damit Sie nicht zäh werden. Hinterher noch eine Prise Salz drüber."

Dieser Nachtisch hat Pepp - er macht Spaß und man kann ihn schnell zubereiten: „Süßes Popcorn".

Man nehme:

- 2 Hand voll Popcorn-Mais
- 75 g Butter
- 3 Esslöffel Zucker

„Ich gebe die Maiskörner in einen Topf (mit Deckel!) und setze danach den Deckel drauf. Dann leicht erhitzen. Jetzt knallt und ploppt es einige Zeit lustig vor sich hin. Wenn 1 Minute lang nichts mehr zu hören ist, kann ich den Topf öffnen – das Popkorn ist fertig!"

„Nun erhitze ich die Butter und den Zucker in einem anderen, kleineren Topf – bis sich Blasen bilden. Das lasse ich 5 Minuten leicht köcheln und gebe danach die Masse über das Popcorn. VORSICHT, heiß!"

„Das ist alles ganz einfach, oder?. Jetzt weißt Du, was es hier bei mir im Teutoburger Wald und im Eggegebirge alles gibt und Du kennst jetzt auch schon einige Gerichte, die man daraus machen kann. Und es gibt natürlich noch viiiiel mehr …"

„Versuch es doch auch einmal. Alle Zutaten gibt es direkt beim Bauern im Hofladen. Mach eine kleine Wanderung, und erkunde Deine Umgebung. Und dann probierst Du die Rezepte einfach mal aus. Frag aber Mama, Papa oder Oma und Opa, ob sie Dir dabei helfen."

„Viel Spaß", Dein Teutus!

… und natürlich: Guten Appetit!"

„… und wenn Du bei Freunden oder unterwegs noch ein intessantes neues Rezept gefunden hast, das Du gerne mal ausprobieren möchtest, dann kannst du es hier aufschreiben und es zu Hause nachkochen.

Viel Erfolg!"

Gericht:

Zutaten:

Zubereitung: