



PREDIGTBEZIRK *Matthäus*
in der Pfarrgemeinde West
Sundgaullee 31
79114 Freiburg i. Br.
Tel. 0761-276642
Freiburg, 1. April 2026

Matthäus -Kids #78

Kochstunde in der Häschenschule

im Geschichtenfenster
vom 1.-30. April 2026



Kochstunde in der Häschenschule

Klingeling ... der Vater schreit:
»Aufsteh' n! Es ist höchste Zeit!«
Denn der Wecker - das ist toll -
weckte später, als er soll.
Hei, wie nun die Häslein hüpfen
und in Strumpf und Schuhe schlüpfen.
Denn heut' woll'n alle Häselein
rechtzeitig in der Schule sein.

Heut' nämlich ist ein großer Tag
für den, der Kohl und Möhren mag
und Salat und Kräuterecken,
wonach sie sich die Pfoten lecken.
Minze, Dill und Thymian,
Beifuß, Kerbel, Majoran,
Löwenzahn, Kohlrabiblatt
machen alle Hasen satt.

Doch wie rollt man Kohlrouladen,
nimmt man Klammern oder Faden?
Und wie backt man Kräuterbrot -
aus Mehl oder aus Dinkelschrot?
Und wie wird Feuer angefacht,
in dem man Kräuter-Stockbrot macht?
Ist die Kruste braun gebraten
ist das Stockbrot gut geraten.

Hasenhans und Hasengretchen
gehen deshalb Pfot' in Pfötchen
um die sechste Morgenstund'
zur Kochstunde im Wiesengrund.

Viele andre Hasenjungen
kommen schnell herbeigesprungen,
Auf dem Rücken sitzt das Ränzchen,
hinten wippt das Hasenschwänzchen.

In der Schule angekommen
wird der Löffel in die Hand genommen.
Und aus Töpfen, Tiegeln, Pfannen
zieht bald ein feiner Duft von dannen.
Heißa, bald ist es vollbracht!
Alle freun'n sich: »Gut gemacht!«
Dieses wunderbare Essen
wir kein Häslein je vergessen.

Damit jedoch nicht genug,
denn Ostereier, das ist klug,
muss man vor dem Färben kochen
(soll'n ja halten ein, zwei Wochen.)
Und so lernen sie zum Schluss,
was jedes Häslein wissen muss,
das später einmal will auf Erden
zu einem Osterhasen werden.

Und dann ist die Schule aus,
die Häslein hoppeln schnell nach Haus!
Das Kochen hat sie müd' gemacht,
nun hopp ins Bett und gute Nacht!
Müde schlummern sie gleich ein,
träumen süß von Leckerei'n,
von Kohlsuppe und Möhrenkuchen,
von Ostern und vom Eiersuchen,
von Apfelschnitz im Osternest
und einem schönen Osterfest.

Texte aus und in Anlehnung an
"Die Häschenschule" (1922) und "Der
Häschen-Schulausflug" (1928) von
Albert Sixtus sowie "Ostern in der
Häschenschule" (2021) von Julia
Walther. Kompilation und zusätzliche
Verse von Regina D. Schiewer.

**Weitere Geschichten,
Basteltipps, Rezeptideen und
Rätsel findet ihr unter**
[https://www.ekifrei-
west.de/treffpunkte-
2/kinder/matthaeus-kids/](https://www.ekifrei-west.de/treffpunkte-2/kinder/matthaeus-kids/)

+++ Backtipp +++ Backtipp +++ Backtipp +++ Backtipp +++

Möhrenkuchen – häschenleicht

Zutaten:

- 400 g Möhren
- 250 g Dinkelmehl
- 1 Esslöffel Backpulver
- 200 g Zucker
- 250 ml Sonnenblumenöl
- 4 Eier
- 200 g gemahlene Haselnüsse
- 1 Prise Salz



für den »Zuckerguss«

- 450 g Frischkäse
- 150 g Puderzucker
- 1 Esslöffel geriebene Zitronenschale (von einer unbehandelten Zitrone)
- etwas Zitronensaft

Anleitung

1. Möhren mit einer feineren Reibe reiben.
2. Eier, Salz, Zucker und Öl schaumig rühren.
3. Geriebene Möhren und Haselnussmehl vorsichtig unterheben.
4. Das Backpulver mit dem Dinkelmehl vermengen und ebenfalls in die Masse rühren.
5. Eine Springform fetten, den Teig einfüllen und 45 Minuten bei Ober- und Unterhitze backen. Abkühlen lassen. Erst dann aus der Form nehmen.
6. In der Zwischenzeit den Frischkäse mit dem Puderzucker und der Zitronenschale und etwas Zitronensaft mit einem Schneebesen cremig rühren. Wenn die Masse zu flüssig ist, noch etwas mehr Puderzucker hinzugeben.
7. Wenn der Kuchen abgekühlt ist, den »Zuckerguss« auf dem Kuchen verteilen und mit Marzipanmöhren oder einfach mit Nüssen und ein paar Möhrenscheiben verzieren. Für mindestens eine Stunde kühlstellen.

Guten Appetit!