

## Mütter- und Väterberatung

*Die ersten Lebensjahre  
umfassend begleitet*







## Kinderknete selbst gemacht









Bunte Knete ist nicht nur perfekt, um Kinder ihre kreative Energie ausleben zu lassen, sondern auch das Herstellen der Knete selbst kann zu einem gemeinsamen Vergnügen werden. Dabei entstehen nicht nur individuelle Farbpaletten, sondern mit einer Prise Glitzer kann sogar eine eigene funkelnde Welt geschaffen werden.

## Kleine Mengen

zum Ausprobieren oder für eine einzelne Farbe

-  200 g Mehl
-  70g Salz
-  1 EL Zitronensäure oder Weinsteinsäure (in Drogerie oder Apotheke erhältlich)
-  3 EL Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
-  150 bis 200 ml kochendes Wasser
-  Lebensmittelfarbe nach Gutdünken (dem Wasser zugeben)

## Grössere Mengen

-  1 kg Mehl
-  350g Salz
-  3-5 EL Zitronensäure oder Weinsteinsäure (in Drogerie oder Apotheke erhältlich)
-  15 EL Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
-  750 ml bis 1 lt kochendes Wasser
-  Lebensmittelfarbe nach Gutdünken (dem Wasser zugeben)

Alle Zutaten mischen und zu einem geschmeidigen Teig formen.

Um die Knete frisch zu halten, empfiehlt es sich, sie gut luftdicht zu verpacken. Hierfür eignen sich beispielsweise Konfigläser oder Frischhaltedosen. Auf diese Weise bleibt die Knete bis zu einem halben Jahr haltbar.

Die Knete ist nicht zum Verzehr geeignet.