

Hmmm ... Inklusion!



Einfache Stempel-Kekse *schoko*

Zutaten

Menge: 25 bis 30 Kekse

- 250 g Mehl
- 125 g Butter
- 90 g Zucker
- 2 gehäufte Esslöffel Kakao-Pulver
- ½ Teelöffel Salz
- 1 Ei



Zubereitung

Aus Mehl, Butter, Zucker, Kakao-Pulver, Salz und Ei einen Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit einer Teigrolle („Nudelholz“) etwa fünf mm dick ausrollen. Den Keksstempel vorsichtig in den Teig drücken („prägen“). Anschließend mit einem Glas (oder einem runden Keks-Ausstecher mit geraden oder gewellten Rändern) die Kekse ausstechen. Backpapier auf ein Backblech legen und die Kekse darauf setzen.

Im vorgeheizten Backofen (180°C, Umluft, mittlere Schiene) etwa 10 bis 15 Minuten backen. Die Kekse auf einem Kuchen-gitter auskühlen lassen.

Guten Appetit!



Einfache Stempel-Kekse *Dinkel-Vollkorn*

Zutaten

Menge: 25 bis 30 Kekse

- 250 g Dinkel-Vollkorn-Mehl
- 125 g Butter
- 80 g Zucker
- 1 Päckchen Vanille-Zucker
- ½ Teelöffel Salz
- 1 Ei



Zubereitung

Aus Dinkel-Vollkorn-Mehl, Butter, Zucker, Vanille-Zucker, Salz und Ei einen Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit einer Teigrolle („Nudelholz“) etwa fünf mm dick ausrollen. Den Keksstempel vorsichtig in den Teig drücken („prägen“). Anschließend mit einem Glas (oder einem runden Keks-Ausstecher mit geraden oder gewellten Rändern) die Kekse ausstechen. Backpapier auf ein Backblech legen und die Kekse darauf setzen.

Im vorgeheizten Backofen (180°C, Umluft, mittlere Schiene) etwa 10 bis 15 Minuten backen. Die Kekse auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Guten Appetit!



Einfache Stempel-Kekse

Vegan

Zutaten

Menge: 22 bis 25 Kekse

- 200 g Mehl
- 100 g Alsan
(pflanzliche Margarine)
- 75 g Zucker
- 1 Päckchen
Vanille-Zucker
- 2½ Esslöffel Sojamilch
(Vanille)



Zubereitung

Aus Mehl, Alsan, Zucker, Vanille-Zucker und Sojamilch einen Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit einer Teigrolle („Nudelholz“) etwa fünf mm dick ausrollen. Den Keksstempel vorsichtig in den Teig drücken („prägen“). Anschließend mit einem Glas (oder einem runden Keks-Ausstecher mit geraden oder gewellten Rändern) die Kekse ausstechen. Backpapier auf ein Backblech legen und die Kekse darauf setzen.

Im vorgeheizten Backofen (180°C, Umluft, mittlere Schiene) etwa 15 bis 18 Minuten backen. Die Kekse auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Guten Appetit!



Einfache Stempel-Kekse mit *Parmesan*

Zutaten

Menge: 20 bis 25 Kekse

- 250g Mehl
- 100g Butter
- 60g fein geriebener Hartkäse (z.B. Parmesan)
- 1 Teelöffel Salz
- ½ Teelöffel Rosen-Paprika (scharf)
- 2 Eier



Zubereitung

Aus Mehl, Butter, Hartkäse, Salz, Paprika und Eier einen Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens zwei Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit einer Teigrolle („Nudelholz“) etwa fünf mm dick ausrollen. Den Keksstempel vorsichtig in den Teig drücken („prägen“). Anschließend mit einem Glas (oder einem runden Keks-Ausstecher mit geraden oder gewellten Rändern) die Kekse ausstechen. Backpapier auf ein Backblech legen und die Kekse darauf setzen.

Im vorgeheizten Backofen (175°C, Umluft, mittlere Schiene) etwa 12 bis 15 Minuten backen. Die Kekse auf einem Kuchen-gitter auskühlen lassen.

Guten Appetit!



Keks-Stempel

Der Keks-Stempel ist aus lebensmittelechtem Silikon hergestellt. Bitte den neuen Keks-Stempel vor dem ersten Einsatz mit einem Spülmittel reinigen und gründlich abtrocknen.



Praktische Tipps

- Der Keks-Teig muss kühl sein, damit er sich gut stempeln lässt. Wir teilen daher den Teig immer in kleinere Portionen und legen den Rest wieder zurück in den Kühlschrank.
- Manchmal klebt der Teig dennoch am Stempel fest, dann vorsichtig den Teig entfernen (z.B. mit einem Zahnstocher).
- Es hilft den Stempel etwas „einzumehlen“ ...
- ... oder bei hellen Keksen Kakao-Pulver zu nehmen.
- Ausgestochene Kekse auf ein **kaltes** Backblech setzen und sofort in den Backofen schieben.



P.S.: Wir haben die Rezepte für die Stempelkekse ausprobiert!

Das Projekt „Toilette für alle“ in Baden-Württemberg

Rollstuhl-WC und Baby-Wickeltische gibt es inzwischen ganz oft. Aber Menschen mit komplexen Behinderungen, die keine Toilette nutzen können und Windeln benutzen, reicht das nicht. Sie brauchen unterwegs einen Ort zum Windelwechsel, eine „Toilette für alle“.

Eine „**Toilette für alle**“ ist ein großes Rollstuhl-WC (mind. 7 m²) mit

- (höhenverstellbarer) Pflegeliege für Erwachsene
- Hebelifter für das Umsetzen vom Rollstuhl auf die Liege und zurück
- (luftdicht verschließbarer) Windeleimer

Wenn eine „**Toilette für alle**“ fehlt, heißt das

- Zuhause bleiben
- Windelwechsel im Kofferraum des Autos
- Windelwechsel auf dem Fußboden einer öffentlichen Toilette



Um diese unzumutbare Situation zu ändern, gibt es das Projekt „Toiletten für alle“ in Baden-Württemberg. Mit Unterstützung des Ministeriums für Soziales und Integration Baden-Württemberg werben wir für das Anliegen, beraten und erstellen einen Wegweiser mit den Standorten von „Toiletten für alle“ in Baden-Württemberg.

Werden Sie *Botschafter ...*

Inklusion beginnt im Teig! Miteinander backen, miteinander unterwegs sein. Haben Sie Lust, süße, salzige und vegane Inklusions-Kekse zu backen? Inklusion schmeckt so gut!

Werden Sie Botschafter für „Toiletten für alle“ in Baden-Württemberg. Mit unseren Rezepten für einfache Stempel-Kekse ist das ganz leicht.

Mehr Informationen erhalten Sie unter www.toiletten-fuer-alle-bw.de



Gefördert aus Mitteln des Ministeriums
für Soziales und Integration Baden-Württemberg.



Landesverband für
Menschen mit Körper-
und Mehrfachbehinderung
Baden-Württemberg e.V.

Am Mühlkanal 25 · 70190 Stuttgart
Tel. 0711/505 39 89-0
www.lvkm-bw.de
www.facebook.com/lvkmbw
skype.lvkm-bw