



Lekkere huisjes

We maken gezonde huisjes van crackers, kaas, worst en groente

We maken gezonde huisjes van verschillende etenswaren. Mmm dat wordt smullen!

Duur	: 15 minuten
Vorbereidingstijd	: 15 minuten
Ontwikkelingsgebied	: Cognitieve ontwikkeling, Motorische ontwikkeling, Sociaal-emotionele ontwikkeling
Doelgroep	: Kleuter (4 tot 6 jaar), 6-8 jaar, 8-12 jaar
Soort activiteit	: Eten en drinken
Groepsgrootte	: Individueel, Groep tot 3 kinderen, Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig voor 'de lekkere huisjes'?

Dit zijn de benodigdheden voor een groot deel van de mogelijkheden. Kijk zelf wat je wilt gebruiken

- cream crackers
- plakjes kaas en worst (in de vorm van een driehoek/dak)
- gesneden stukjes fruit
- evt. geknipte bieslook (gras)
- borden
- groenten zoals komkommer, tomaat, wortel en radijs
- één boterham als ondergrond
- rond of bloemvormige uitsteekvorm
- schijfje komkommer per huisje
- klein stukje rode paprika
- ontbijtkoek, roggebrood of ongesneden bruin brood voor huis
- stukjes kaas voor dak
- takje peterselie per huisje
- soepstengels
- messen
- snijplanken

Vorbereiding

Zet alle ingrediënten klaar en maak een voorbeeld van een eetbaar huisje. Gebruik steeds een cracker als basis en een driehoekje kaas of worst als dak. Wees daarna creatief met groente en fruit en maak een deur, een raam, een schoorsteen enz. Van bieslook knip je stukjes gras wat je om het huisje heen kunt maken. Eventueel kun je er ook nog een poppetje bij maken.

Op de foto's zijn andere voorbeelden te zien waarbij fruit of brood wordt gebruikt. Deze kunnen ook nog gemaakt worden, kies voor je eigen variatie.

Uitvoering

Leg de activiteit uit aan de kinderen en laat zien wat de bedoeling is. Daarna mogen de kinderen zelf aan de slag gaan met het maken van een gezond huisje. Laat ze hun fantasie gebruiken!

Gebruik onderstaande foto's om inspiratie op te doen hoe je een gezond huisje kunt maken. Eet smakelijk allemaal!





Bouwen voor gevorderden

Zin in een bouwwerk wat lastiger is dan de vorige huisjes? Bouw dan dit grote groentenhuis! Als het huisje af is kun je hem wel weer afbreken en opeten.





Wat heb je nodig voor 'het grote groentehuis'?

- 40 wortelen, probeer ze allemaal ongeveer even dik te krijgen
- 16 stengels bleekselderij
- 1 komkommer
- bakje snoeptomaatjes
- 1 rode paprika
- bakje roomkaas
- stevig karton
- aluminiumfolie
- spuitzak met een kleine ronde spuitmond
- schilmesje
- dunschiller
- snijplank
- cocktailprikkers
- kom
- lepel

Aan de slag!

- Rasp alle wortelen en snijd ze vierkant in plaats van rond.
- Snijd nu van deze wortelen stukken af, zodat deze later op elkaar passen. Kijk eventueel naar de bovenstaande foto. Je hebt 7 lange nodig (voor de achterkant 6 en 1 voor de voorkant), 12 kleinere (voor de zijkanten) en 10 hele kleine (voor de voorkant).
- Bekleed een langwerpige stuk karton met aluminiumfolie. Het stuk moet ongeveer 20 x 10 cm zijn. Als je wortelen niet zo lang zijn, is het karton groter dan het huisje. Maar dit is niet erg.
- Roer in een kom de roomkaas zacht, gebruik eventueel een paar druppels water als het nog te dik is. Doe de roomkaas in een spuitzak met een rond spuitmondje.
- Nu ga je beginnen met het bouwen van het huis. De achterkant is 1 grote wortel je legt daar 1 wortel voor de rechter zijkant en 1 wortel voor de linker zijkant op. Voor de voorkant gebruikt je de kleinste maat. Laat dus een opening aan de voorkant voor de voordeur die je later maakt.
- Spuit over de gebouwde wortelen een klein laagje roomkaas. Daarna kun je weer een laag wortelen bouwen en daar weer een laag roomkaas op. Ga hiermee door tot de benedenverdieping klaar is. Voor de laatste wortelen van de zijkant gebruikt je de 2 lange wortelen.
- Om het huis dicht te maken heb je een 2 driehoeken van karton nodig die je met aluminiumfolie bekleedt. In de lange kanten van de driehoek haal je weer een stukje af zodat deze op een wortel past om het vast te zetten.
- Snijd de komkommer in dunne plakjes en plak deze met roomkaas op de driehoeken. Gebruik 1 lange wortel met 2 inkepingen aan het eind om de driehoeken op zijn plaats te houden als je deze op het huis legt.





- Snijd nu de selderij op maat om het dak te maken. Zet de selderij vast aan de lange middenwortel door er cocktailprikkertjes in te prikken. Als je het hele dak vol hebt met selderij begin je aan de deur. Neem hiervoor een paprika en snijd deze in de maat van de deuropening. Je huis is bijna klaar! Je kunt het dak nog versieren met roomkaas zodat het lijkt alsof het gesneeuwd heeft.



Bron:

- <https://www.myfussyeater.com/snack-house-kids-toddlers/>

