

KNEHE

Du brauchst:

- 150g Mehl
- 160g Salz
- 220g Wasser
- 1 Esslöffel Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- 2 Teelöffel Weinstein Pulver (in der Apotheke erhältlich)
- Lebensmittelfarbe

So geht's:

- Gib Mehl, Salz, Weinsteinpulver in eine kleine Pfanne geben
- Öl und Wasser Mix dazugeben
 - **Variante 1:** Lebensmittelfarbe dazu geben
- Herdplatte auf mittlere Hitze einstellen
- Mit Kelle die Masse zu einem Teig rühren (keine Bange wenn sich Klumpen bilden ->das muss so sein)
- Wichtig immer schön am Boden rühren
- Der Mix wird klumpig und am Boden der Pfanne kleben
- Jetzt wirds auch langsam anstrengend für die Armmuskulatur doch bald geschafft
- Wenn der ganze Mix in einem Klumpen an der Kelle klebt ist es soweit
- Klumpen auf eine saubere Oberfläche geben (Achtung er ist heiss)
- Wenn er etwas abgekühlt durchkneten
 - **Variante 2:** Teig in beliebige Portionen teilen und mit Lebensmittelfarbe einfärben (Plastikhandschuhe tragen ist von Vorteil, wenn der Teig zu feucht wird, etwas Mehl dazu geben)

Lagerung:

In einem Plastikbeutel Luftdicht verschlossen aufbewahren. Hält über 6 Monate (irgendwann wird das Öl darin ranzig).

- **Weinsteinpulver ist ungiftig**, auch wenn mal ein Stückchen Teig in den Mund wandert ist dies kein Grund zur Panik 😊