MEINE GESUNDHEIT & ICH

Gesunde Halloween Snacks

Bananen- & Mandarinen Gespenster

Halloween wird jedes Jahr am 31. Oktober gefeiert und hat seinen Ursprung in alten keltischen Traditionen. Kinder und Erwachsene verkleiden sich als gruselige oder fantasievolle Figuren, schmücken Häuser mit Kürbissen und genießen gemeinsame Aktivitäten. Besonders beliebt sind das Sammeln von Süßigkeiten, Halloween-Partys sowie kreative Dekorationen.



ZUTATEN für 4 Bananen - Gespenster:

- 2 Bananen
- 16 Schokotropfen/Rosinen
- optional: geschmolzene Schokolade

1. Bananen schälen und jeweils in der Mitte halbieren.
2. Bananenstücke mit der Schnittfläche nach unten auf einen Teller stellen.
3. Je 2 Schokotropfen als Augen & einen Schokotropfen als Mund in die Banane drücken.

Mandarinen abtrocknen und auf die Schale gruselige oder lustige Fratzen, Geister-Grimassen oder Kürbis-Gesichter malen.

Material für 5 Mandarinen Gespenster:

- 5 Mandarinen
- 1 schwarzer Lebensmittelfarbe Stift





Happy HALLOWEEN

Fotos: Canva, teilweise mit KI erstellt

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.