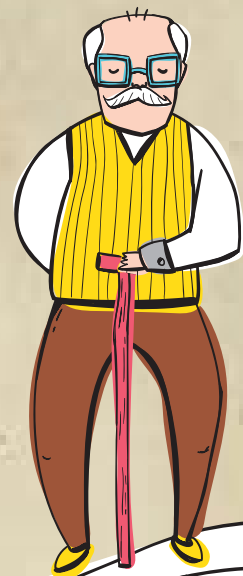


Alles über den GRITTI BÄNZ

Grättimaa, Brötige Maa, Grittibänz... So viele Namen für dieses «Brötli»! Der Grittibänz ist ein Hefengebäck in Form eines kleinen Menschen. Klassisch wird es mit Rosinen und Hagelzucker dekoriert. Der Fantasie sind aber keine Grenzen gesetzt – es darf mit allem dekoriert werden, was backofenfest und fein ist!

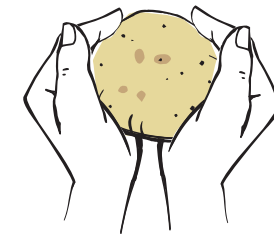
Woher KOMMT SEIN NAME?



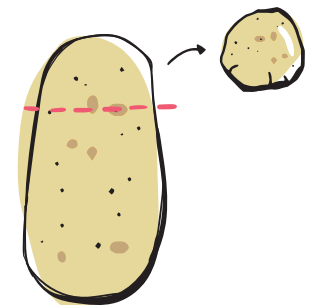
«Gritti» oder «Grätti» nannte man früher gebrechliche Männer, die mit gespreizten Beinen gingen. «Bänz» ist ein Spitzname für Männer mit dem Namen Benedikt. Und weil der Name so häufig war, sagte man manchmal «Bänz» anstatt «Mann». Grittibänz hiess früher also so viel wie «gebrechlicher Mann mit gespreizten Beinen» – nicht gerade freundlich, oder? Zum Glück steht der Name heute einfach für ein feines Hefengebäck.



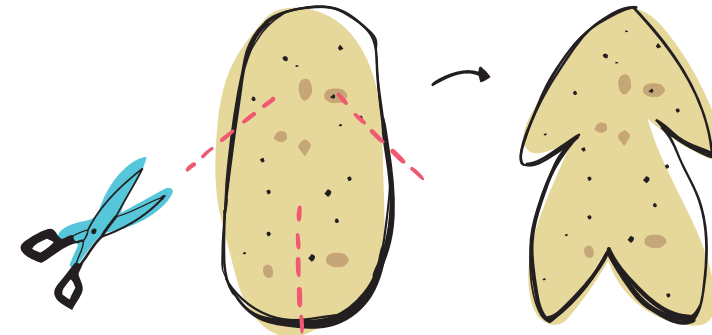
GRITTI BÄNZ FORMEN



1 Ein Teigstück zu einer Rolle formen.



2 $\frac{1}{4}$ für den Kopf abschneiden, zu einer Kugel formen und zur Seite legen.



3 Für die Beine das untere Drittel der Rolle einschneiden. Für die Arme das obere Drittel seitlich einschneiden. Jetzt den Kopf auf den Körper setzen und dann dekorieren!

little Tipp

Viele Rezepte setzen Rosinen für die Augen und Knöpfe des Grittibänz' ein. Wenn diese nicht zu euren Lieblings-Snacks gehören, könnt ihr sie einfach durch Schoggiwürfel, Cranberries, Kerne oder Nüsse ersetzen.



Noch mehr
spannendes Kochwissen
gibt es auf
littlefooby.ch/wissen