

TÜRCHEN 6 – Heiße Mut-Schokolade

Manchmal braucht man an kalten Wintertagen etwas, das von innen warm macht – und Mut schenkt.

Diese heiße Mut-Schokolade ist genau dafür da:

Ein kleiner Moment voller Wärme, Kuscheln und Geborgenheit.

Perfekt für Kinder & Eltern – oder als kleines Winterritual.

Zutaten für 2 Tassen

- 500 ml Milch (oder Hafer-/Sojamilch)
- 2 EL Backkakao
- 2–3 TL Zucker (oder Honig)
- 1/2 TL Vanillezucker
- 1 kleines Stück Schokolade (Vollmilch oder Zartbitter – optional, macht es extra cremig!)
- Optional:
 - Mini-Marshmallows
 - Sahne
 - Zimt
 - bunte Streusel
 - kleine Schmetterlings-Streusel

Zubereitung – super einfach für Kinder

- Die Milch warm machen
- Erwärmt die Milch in einem Topf. Sie sollte warm sein, aber nicht kochen.
- Kakao einrühren
- Backkakao und Zucker unter Rühren dazugeben, bis sich alles gut vermischt hat.
- Die Schokolade schmelzen lassen
- Ein kleines Stück Schokolade in den Topf geben – rühren, bis sie schmilzt.
- Das macht die Mut-Schokolade extra cremig.

Verfeinern

Jetzt kommt das Beste:

Mit Zimt, Marshmallows, Sahne oder Streuseln verzieren.

Kinder lieben es, oben ein paar bunte Punkte oder kleine Zuckersterne draufzustreuen.

Mut-Ritual dazu (optional)

Setzt euch zusammen hin und trinkt langsam.

Jeder darf – wenn er mag – sagen:

„Heute war ich mutig, weil...“

Oder:

„Ich wünsche mir Mut für...“

Das stärkt Kinder UND Eltern.

