



MEIN SONNTAGSBLATT

40

16. Sonntag im
Jahreskreis B

In der Bibel steht:

„Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Da sagte er zu ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind und ruht ein wenig aus. Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen. Sie fuhren also mit dem Boot in eine einsame Gegend, um allein zu sein.“

Mk 6,30–32 (Markusevangelium)



Für mein Leben:

Freust du dich auf die Ferien? Auch die Erwachsenen sind froh, wenn sie Urlaub haben. Auch wenn dieses Jahr noch vieles anders war, als wir uns das gewünscht hätten. Ferien sind meist trotzdem sehr beliebt. Was machst du dann besonders gerne? Die Seele baumeln lassen, wie man so schön sagt. Zeiten, die nicht verplant sind, sind oft ungewohnt. Langeweile kreativ füllen – hast du dafür Ideen? Zeit zum Träumen und zum Spielen zu haben, gefällt dir das? Vielleicht sich auch mal Zeit für Gott nehmen?

Gebet:

Lieber Gott, ich mag die Ferien. Viel Zeit zum Spielen. Auch Mama und Papa haben mal Zeit zum Entspannen und Ausruhen. Hilf uns, dass wir eine fröhliche Zeit erleben dürfen. Amen.

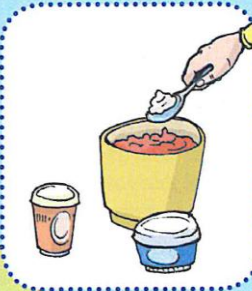
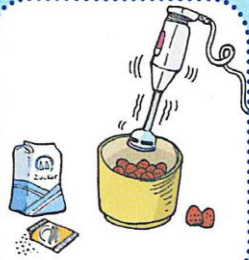


Erdbeereis-Selbermachen

Ganz einfach kannst du leckeres Erdbeereis aus frischen Erdbeeren selber machen. Es geht schnell und schmeckt herrlich!

Was du brauchst:

- 200 Gramm Erdbeeren
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 50 Gramm Zucker
- 250 Gramm Mascarpone
- 150 Gramm Naturjoghurt
- Pürierstab, Plastikschüssel



So wird's gemacht:

1. Wasche und zupfe die Erdbeeren.
2. Püriere sie mit Zucker und Vanillezucker
3. Verrühre die Fruchtmasse gründlich mit Mascarpone und Joghurt.
4. Stelle die Schüssel für 2 Stunden ins Gefrierfach.
Nimm sie anfangs alle 15, dann alle 30 Minuten raus und rühre um (sonst wird die Eismasse steinhart!).

Um neue Kraft zu tanken, muss man auch einmal ausruhen.