

# Zahnwechsel und Zahnfee

Ganz still kam meine Tochter heute nach dem Mittagessen zu mir und sagte ganz leise: „Mein Zahn ist ausgefallen!“ Stolz öffnete sie ihre Hand und präsentierte mir ihren Zahn. „Juhui!“, freute ich mich spontan. Ihr erster Milchzahn! Endlich, denn hinten ist der neue Zahn schon länger herangewachsen.

Wenn ein Milchzahn ausfällt, finde ich das spannend. Als mein Sohn seinen ersten Milchzahn verloren hatte, suchte ich im Estrich nach meinen Milchzähnen. Hui! Da kamen Erinnerungen hoch, die ich meinen Kindern erzählte. Bei uns war es so, dass wir für den Milchzahn jeweils von der Zahnfee ein Geschenk bekamen. Da war die Frage schnell da, ob bei ihnen denn auch die Zahnfee kommen würde. Da ich nicht lüge sagte ich: „Mal schauen, ob es etwas Passendes gibt.“

So bekam Aaron jeweils ein kleines Geschenk. Manchmal beobachteten sie mich dabei und manchmal waren sie mit sich selber beschäftigt.

Ich fragte sie, ob sie denken, dass es eine Zahnfee gibt. Sundajas Antwort verblüffte mich. „Es gibt Feen. Aber du bringst die Geschenke!“

Jetzt freut sie sich auf ihr erstes Zahnfee-Mama-Bring-Geschenk! Ihre wunderschöne Zahndose hat sie schon längst ausgesucht.



1. Milchzahn

---

## Guacamole (mexikanischer Avocado-Dip)

Oft sind unsere Zutaten aus der Region. Ab und zu jedoch kaufen wir auch Früchte von weiter weg. Für mexikanische Mahlzeiten liebe ich Avocado.

### Zutaten:

- 1 reife Avocado
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Zitronensaft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone
- 1 Esslöffel Olivenöl oder Maiskernöl
- Salz und Pfeffer
- Ev. eine kleine Chilischote

### Zubereitung:

Den Knoblauch pressen. Wer es gerne etwas scharf hat, schneidet eine kleine Chilischote und gibt sie zum Knoblauch

hinzu. Das Ganze salzen. Die Zitrone pressen, begeben und mischen.

Die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch mit einem kleinen Löffel herausholen und in die Schale geben. Mit einer Gabel die Avocado zerdrücken, so dass eine cremige Masse entsteht.

Mit Pfeffer abschmecken.

Damit die Guacamole nicht braun wird, drücke ich den Kern in die Sauce.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu [Backofenkartoffeln](#), zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.

---

## Tomaten-Zwiebel-Dip

Meine Dip-Saucen passen zum Beispiel zu Rohkostdip, Backofenkartoffeln oder Fajitas. Hier einer meiner Lieblingssaucen. Diese hier mit allen Zutaten aus unserem Garten.

### Zutaten:

- 2 reife Tomaten
- Eine Zwiebel
- Eine kleine Knoblauchzehe
- Basilikum (frisch, wenn möglich)
- 1 Esslöffel Olivenöl
- 1 Teelöffel Aceto Balsamico
- Salz und Pfeffer

# Zubereitung:

Die Tomaten und die Zwiebel möglichst klein schneiden und salzen. Den Knoblauch dazu pressen. Mit einer Gabel mischen.

Das Basilikum waschen und klein schneiden und mit den anderen Zutaten vermengen. Ich lasse immer auch noch einige ganze Blätter zur Dekoration übrig.

Olivenöl und Aceto Balsamico dazu geben, mit Pfeffer abschmecken und alles nochmals gut mischen.

Wer mag, kann die Sauce mit den ganzen Basilikumblättern dekorieren.

Die Dip-Sauce passt zum Dippen von Rohkost, zu [Backofenkartoffeln](#), zu Grilladen, zu Salzkartoffeln, als Brotaufstrich oder zum Befüllen von Fajitas, Döner, Dürüm oder Pitabrot.