

## Vriendschapscake Herman

Het recept van dit vriendschapsbrood bestaat al heel lang, ik heb het ook niet zelf bedacht. Herman is een vriendschapscake die je niet kunt kopen, je kunt het alleen krijgen of weg geven. Het is een soort kettingbrief, maar dan met een desemcake.

Het is een gistdeeg en groeit gedurende 10 dagen doordat jij het voedt en verzorgt. Op dag 9 verdeel je Herman in vier porties; één deel bak je de volgende dag af tot een heerlijke kruidencake, 2 delen geef je aan vrienden en het laatste deel gebruik je om een nieuwe Herman op te starten. Het is de bedoeling dat je in de tijd dat je met Herman bezig bent even stil staat, bij liefde, jezelf, vriendschap en relaties. Mooi idee toch?

Omdat de kinderen zo weinig contact met elkaar hebben tijdens deze Corona periode, heb ik samen met Joppe het Herman beslag opgestart. Op deze manier blijven de kinderen nog op afstand in contact met elkaar en kunnen ze aan elkaar denken terwijl ze ook iets educatiefs en creatiefs aan het doen zijn, namelijk deeg verzorgen en een lekkere cake bakken.

Hieronder staat de gebruiksaanwijzing van Herman in grote mensentaal en op de volgende pagina's staat het in kindertaal.

Heel veel plezier!

### Benodigheden:

- Grote (plastic) kom
- Houten of plastic lepel (geen metaal gebruiken)
- Cakevorm of tulband (op dag 10)






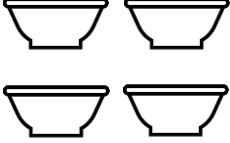








### Herman verzorgen:

Je moet Herman goed verzorgen om hem te laten groeien.























- **Dag 1:** Vandaag heb je Herman gekregen. Doe Herman in een grote plastic of glazen kom. Herman heeft het graag warm, dus zet Herman niet in de koelkast. Dek Herman af met een theedoek, zodat hij goed kan ademen. Herman zal groeien, dus doe hem in een ruime schaal.
- laat hem aan je huis wennen en doe even niets met hem.
- **Dag 2 en 3:** Roer Herman een paar keer per dag goed door met een houten lepel.
- **Dag 4:** Herman heeft honger: geef hem daarom 250 ml melk, 125 gram bloem en 200 gram suiker.
- **Dag 5, 6, 7 en 8:** Roer Herman een paar keer goed door.
- **Dag 9:** Herman heeft weer honger, geef hem vandaag 250 ml melk, 125 gram bloem en 150 gram suiker. Dit is het moment dat Herman zich gaat voortplanten. Verdeel Herman over 4 bakjes of zakjes. 2 bakjes geef je (met deze gebruiksaanwijzing) aan een vriend(in) of familielid, 1 bakje wordt je volgende Herman en 1 bakje wordt de Herman die je morgen gaat bakken.
- **Dag 10:** Vandaag heeft Herman een enorme honger en daarom verwen je Herman een feestmaal!
  - 50 ml liter olie
  - 200 gram Suiker
  - 250 gram Bloem
  - 2 eieren
  - 2 theelepels bakpoeder
  - 2 theelepels kaneel
  - 1 theelepel zoutOptioneel toe te voegen:
  - 1 appel in stukjes
  - 200 gram noten en/of rozijnen
  - Of iets anders, zoals dadels, ander (gedroogd) fruit, chocola etc.

Roer Herman nog eens goed door. Vet een bakblik in en vul het bakblik met Herman deeg. Verwarm de oven voor op 170C (150 graden bij hetelucht oven) en bak Herman in ongeveer 1 uur en 15 minuten gaar. Prik met een vork of satéprikker in de cake en kijk of hij gaar is. Blijft de prikker 'nat'? Dan moet Herman nog iets langer in de oven. Eet smakelijk!

## Uitleg voor kinderen

Symbol	Uitleg
	Kijken, je hoeft niets te doen
	Roer Herman een paar keer per dag met een houten lepel
	Melk
	Bloem
	Suiker
	Verdeel Herman over 4 bakjes of zakjes
	(Zonnebloem)olie
	Eieren
	Bakpoeder
	Appel, in stukjes
	Noten en/of rozijnen
	Kaneel
	Zout
	Oven

## Verzorging van Herman per dag voor kinderen

Dag	Hoe moet je Herman vandaag verzorgen?
1	
2	
3	
4	250 ml  125 gram  200 gram 
5	
6	
7	
8	
9	250 ml  125 gram  150 gram  
10	50 ml  250 gram  2  2 theelepels  1 appel  200 gram  200 gram  2 theelepels  1 theelepel 