

# Pizza backen

Eine Massagegeschichte

Heute gibt es Pizza! Wir backen die Pizza natürlich selbst, los geht`s:

Zuerst müssen wir unseren Tisch sauber machen.

→ Mit den Händen „Staub“ vom Rücken des Kindes wischen.

Dann bestreuen den Tisch mit ein wenig Mehl, damit der Teig nachher nicht festklebt.

→ Mit den Fingerspitzen leicht über den Rücken fahren.

.Den Teig müssen wir nun natürlich erst einmal durchkneten, damit er später auch schön fluffig wird. Mit den Händen über den Rücken kneten.

Nach dem Kneten müssen wir den Teig ausrollen.

Mit den Händen streichende Bewegungen von innen nach außen machen.

So, und nun können wir die Pizza mit unseren Lieblingszutaten belegen, damit sie

später auch gut schmeckt!

Zuerst nehmen wir Tomatenscheiben. Mit den Fäusten sanft auf den Rücken drücken.

Dann kommt die Salami und der Schinken. Mit der flachen Hand auf den Rücken drücken.

Ein paar Pilze. Mit dem Daumen auf den Rücken drücken.

Der Käse darf zum Schluss natürlich nicht fehlen.

Mit den Fingerspitzen schnell über den Rücken klopfen.

Unsere Pizza ist nun fast fertig. Jetzt müssen wir sie noch in den Ofen schieben.

Mit den Händen über den Rücken schieben.

Im Ofen wird die Pizza schön knusprig durchgebacken.

Die Hände mehrmals aneinander reiben und auf den Rücken legen.

Unsere Pizza ist jetzt fertig und schön knusprig durchgebacken, sodass wir sie

vorsichtig aus dem Ofen holen können. Und jetzt essen!

Sanft den Rücken kneifen.

Viel Spaß beim Nachmachen 😊