

## Rezept für Fladenbrot

### Zutaten:

- 500 g Mehl
- 1/2 EL Salz
- 2 EL Olivenöl
- Ca. 300 ml lauwarmes Wasser
- 10 g frische Germ
- Evtl. Sesam, Schwarzkümmelsamen

### Zubereitung:

Das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde machen, Germ hineinbröckeln und mit ein wenig Wasser und Mehl verrühren.

Salz rundherum auf das Mehl streuen, das Olivenöl auf dem Mehl verteilen. Nun alles mit einem Kochlöffel verrühren, das restliche Wasser zugeben und die Zutaten zu einem weichen Teig verkneten. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen.

Den Teig ca. 1 Stunde ruhen lassen.

Ein Backblech mit Backpapier bereitstellen.

Nun den Teig noch einmal durchkneten, eigroße Teigportionen zu Kugeln rollen und auf dem Backblech mit den Fingern zu Fladen drücken. Damit der Teig nicht zu sehr an deinen Händen kleben bleibt, schmiere deine Hände am besten mit etwas Butter ein.

Wenn du magst, kannst du die Fladen mit Wasser bestreichen und mit Sesam oder Schwarzkümmelsamen bestreuen.

Im vorgeheizten Backrohr bei 220 Grad 10 Minuten backen.



## Gründonnerstag zu Hause feiern

An diesem Tag beginnen die heiligen drei Tage. Wir feiern das Geheimnis unseres Glaubens. Abendmahl mit Fußwaschung, Kreuzigung und Auferstehung.

Jesus lädt seine Jünger zum letzten Abendmahl ein und wäscht ihnen die Füße. Nach dem Mahl geht er zum Ölberg in den Garten Gethsemane, um zu beten. Dorthin begleiten ihn nur drei seiner besten Freunde. Jesus braucht Kraft, Tost und Stärkung, denn ein schwerer Weg liegt vor ihm.



## *Vorbereitung eurer Feiern zu Hause:*

- Backt gemeinsam Fladenbrot (Rezept auf der letzten Seite)
- Deckt den Tisch für ein festliches Essen (Servietten, Kerzen, Blumen)
- Aufstriche, Käse- und Wurststeller vorbereiten
- Traubensaft/Wein bereitstellen
- Überlegt welches Lied ihr gemeinsam singen könnt
- Schüssel mit lauwarmem Wasser
- Handtücher
- Duftende, gute Seife

## *Ablauf eurer Feiern zu Hause:*

Beginnt eure Feier mit dem Kreuzzeichen und einem gemeinsamen Lied, z.B. „Du bist da, wo Menschen leben“

Heute denken wir daran, dass Jesus zum letzten Mal mit seinen Jüngern Mahl gehalten hat. Vorher hat er ihnen die Füße gewaschen, um ihnen Vorbild zu sein.

### **Aus dem Evangelium nach Johannes**

Wieder einmal trifft sich Jesus mit seinen besten Freunden, mit den zwölf Aposteln. Sie wollen das Paschafest gemeinsam feiern. Das wird das letzte gemeinsame Mahl sein. Jesus weiß schon, dass er bald sterben wird und wieder zu Gott geht. Aber er liebt auch all seine Freunde und das möchte er noch einmal ganz deutlich zeigen. Deshalb steht er vor dem Mahl auf, bindet sich ein Leinentuch um und gießt Wasser in eine Schüssel. Dann kniet er sich nieder und beginnt den Aposteln die Füße zu waschen und mit dem Leinentuch abzutrocknen. Nun ist Simon Petrus an der Reihe. Er will sich die Füße nicht von Jesus waschen lassen. Petrus ruft: „Niemals sollst du mir die Füße waschen! Nur Diener waschen den Menschen die Füße!“ Aber Jesus antwortet ihm: „Wenn ich es nicht mache, gehörst du nicht zu mir.“

Nachdem Jesus allen zwölf Aposteln die Füße gewaschen hat, setzt er sich wieder zu ihnen. Er fragt sie: „Versteht ihr, was ich gemacht habe? Ich bin euer Meister und trotzdem habe ich euch gedient und euch die Füße gewaschen. Ich habe euch ein Beispiel gegeben. Auch ihr sollt euch gegenseitig gerne dienen und für alle Menschen ein Diener sein.“

Danach feierten sie das letzte gemeinsame Mahl.

*Nach Joh 13, 1-15*

Früher hat es im Orient dazugehört, dass sich die Menschen vor dem Essen die Füße waschen. Die Füße sind den Speisen sehr nahe, wenn man zum Essen auf dem Boden sitzt, wo auch die Speisen stehen. Diener übernehmen diese Aufgabe des Füße Waschens.

Am Gründonnerstag hat Jesus seinen Freunden die Füße gewaschen. Er will ihnen Gutes tun. Er will zeigen, dass sich auch mal der „Chef“ niederknien und eine Aufgabe übernehmen kann, die nicht so beliebt ist.

Wenn ihr wollt, könnt auch ihr euch jetzt, vor dem Essen, Gutes tun. Wascht euch gegenseitig die Füße, vielleicht sogar mit einer duftenden Seife. Die Eltern waschen den Kindern die Füße und die Kinder den Eltern.

Natürlich heißt das nicht, dass ihr jetzt immer jedem die Füße waschen müsst! Aber überlegt einmal gemeinsam, wie ihr eure Familiendienste aufteilen könnt, damit jeder einen Dienst übernimmt.

In vielen Familien ist es üblich ein Tischgebet zu sprechen. Betet heute vor dem Essen das Vater unser. All unsere Wünsche und Bitten können wir in das Gebet hineinlegen, das Jesus uns zu beten gelehrt hat. Ihr könnt es gemeinsam beten und euch die Hände reichen oder auch gemeinsam singen.

Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name,  
dein Reich komme,  
dein Wille geschehe,  
wie im Himmel, so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute  
und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit,  
in Ewigkeit,  
Amen.

Wie die Freunde Jesus sollt auch ihr jetzt gemeinsam essen und feiern. Guter Gott, wir danken dir für das Brot, all die Köstlichkeiten und unsere Tischgemeinschaft. Amen.