

Der Weiße Sonntag ist in vielen Pfarreien nach wie vor der Sonntag, an dem Kinder im Grundschulalter zum ersten Mal die Kommunion empfangen.

Die Bezeichnung Weißer Sonntag leitet sich vom Taufritus in der frühen Kirche her. Die in der Osternacht getauften meist erwachsenen Taufbewerber (man nennt sie Katechumenen) erhielten ein weißes Gewand. Gleichzeitig empfingen sie zum ersten Mal die Eucharistie.

Das weiße Gewand sollte die Reinigung durch das Taufwasser versinnbildlichen und ein Zeichen für den in Christus neu geborenen Menschen sein.



Der erste Sonntag nach Ostern, der seit dem 7. Jahrhundert als Weißer Sonntag (Dominica in albis) überliefert ist, bildet den Abschluss der Osteroktav, also der acht Tage nach dem Osterfest.

Bei der Kommunion wird ein Stück Brot, der Leib Christi, verteilt, da fragt man sich doch: „Wenn man in die Hostie hineinbeißt, beißt man dann nicht in Jesus rein?“ Nein tut man. Der Priester sagt, das ist der Leib Christi. Damit ist aber nicht der Körper gemeint, sondern die gesamte Person. Das ist Jesus, so wie er war, mit seiner Botschaft und seiner Liebe zu uns und mit seiner Zusage, dass er über seinen Tod hinaus bei Gott leben wird. Das Brot will uns also sagen: Jesus ist mitten unter uns!

Um das auch zu Hause zu feiern, backt doch einfach selbst mal ein Brot und erinnert euch beim Essen daran, dass Jesus immer bei euch ist!



## Österliche Knabber-Brötchen für die ganze Familie

Dieses Rezept habe ich auf [www.backenmachtgluecklich.de](http://www.backenmachtgluecklich.de) gefunden. Eigentlich sind diese Brötchen extra für Babys und Kleinkinder erfunden worden, schmecken aber auch Erwachsenen sehr gut!

### Zutaten

#### Für den Hefeteig:

- 400 g Dinkelmehl Type 630 (klappt aber bei Corona-verschuldeter Knappheit auch mit anderen Sorten ;))
- 1 Päckchen Trockenhefe (Falls ihr keine mehr findet, schaut mal, ob es Brot-Backmischungen gibt und fügt der Mischung einfach die fehlenden Zutaten hinzu)
- 80 ml Orangensaft oder Apfelsaft
- 80 ml lauwarmes Wasser
- 50 g Rapsöl
- 100 g Äpfel, geraspelt
- 100 g Karotten, geraspelt

#### Zum Verfeinern, optional:

- 2 EL Rosinen
- 2 EL Reissirup oder andere Süße (ich habe Ahornsirup genommen)  
ACHTUNG: Für Babys unter 12 Monaten keinen Honig!

#### Zum Wälzen:

- 50 g Haferflocken

### Zubereitung

1. Mehl, Trockenhefe, Saft, Wasser, Öl und evtl. Süßungsmittel in eine Schüssel geben. Verrühren und einige Minuten mit der Küchenmaschine oder dem Knethaken des Handmixers kneten. Teig abgedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.
2. Den geraspelten Apfel und die Möhre etwas ausdrücken. Unter den Teig kneten; nach Belieben Rosinen zugeben. Nochmals zugedeckt an einem warmen Ort eine Stunde gehen lassen.
3. Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Aus dem Teig mit den Händen Kugeln formen und diese in den Haferflocken wälzen, dann mit etwas Abstand auf das Blech setzen. Rund 25 Minuten backen.

Frisch sind die Brötchen noch recht feucht, was sich allerdings nach einigen Stunden ändert.

Sie schmecken auch super mit Butter und unserer selbst gezüchteten Kresse aus dem Ostergarten ;)

Übriggebliebene Brötchen lassen sich auch sehr gut einfrieren.