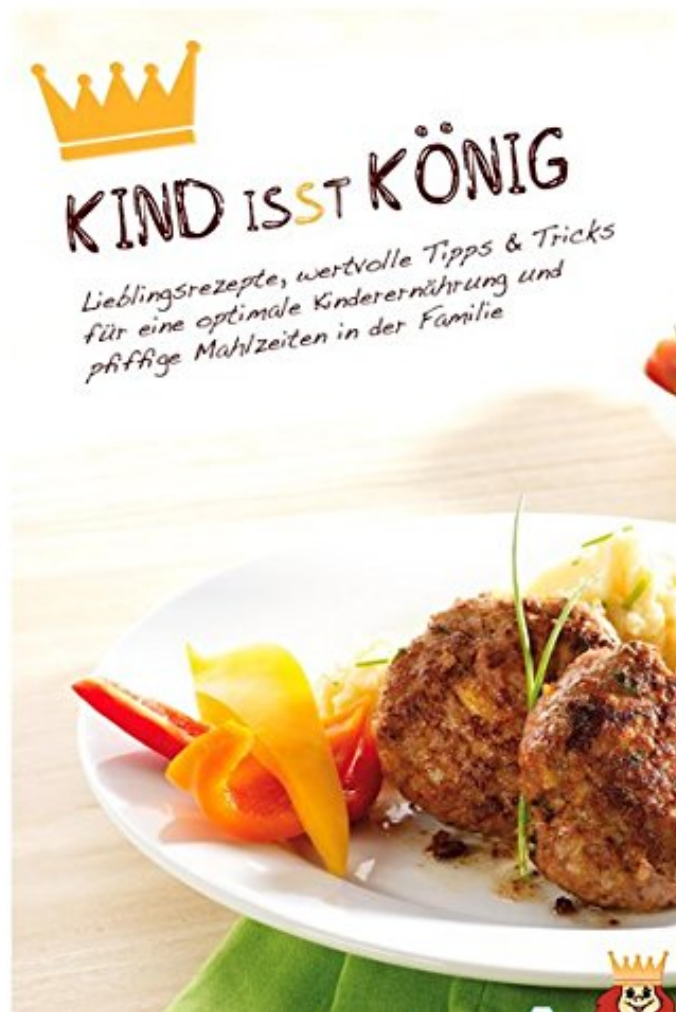


(Library ebook) Kind isst Knig: Lieblingsrezepte, wertvolle Tipps Tricks fr eine optimale Kinderernhrung und pfiffige Mahlzeiten in der Familie

## Kind isst Knig: Lieblingsrezepte, wertvolle Tipps Tricks fr eine optimale Kinderernhrung und pfiffige Mahlzeiten in der Familie

Von Kindermen Knig

DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #876238 in BcherVerffentlicht am: 2012-12-01Erscheinungsdatum: 2012-12-01Einband: Taschenbuch128 Seiten | File size: 43.Mb

**Von Kindermen Knig : Kind isst Knig: Lieblingsrezepte, wertvolle Tipps Tricks fr eine optimale Kinderernhrung und pfiffige Mahlzeiten in der Familie** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Kind isst Knig: Lieblingsrezepte, wertvolle Tipps Tricks fr eine optimale Kinderernhrung und pfiffige Mahlzeiten in der Familie:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Mein

liebstes Kinderkochbuch Von Katrin Brombeerhecke "Kind isst Knig" ist das erste Kinderkochbuch, das bei uns wirklich regelmig zum Einsatz kommt. Alle in der Familie freuen sich wenn aus diesem Buch gekocht wird! Die Rezepte sind ausgewogen und dabei trotzdem so ausgewhlt und zusammengestellt, dass sie meinem Kind und sogar dem Papa schmecken. Man merkt bei diesem Buch, dass es von Praktikern herausgegeben wurde, die tglich fr Kinder kochen! Alle Rezepte sind bebildert und Schritt fr Schritt erklrt. Selbst mir unbekannte Rezepte klappen dank der schnellen Erklrung auf Anhieb. Die Mengen und Koch-/Backzeiten stimmen! Besonders gut gefllt uns, dass auch traditionelle deutsche Rezepte, wie z. B. Rindergulasch, Semmel oder Griesnockerlsuppe im Buch zu finden sind! Der Theorie-Teil des Buches erklrt kurz und verstndlich, worauf es bei einer gesunden Kinderernhrung ankommt. So und jetzt geht's in die Kche, heute wollen wir mal wieder "Pizzafisch mit Vollkornreis" machen!

Kurzbeschreibung Seit 1992 stellt sich Astrid Penn mit ihrer Firma Kindermen Knig der Aufgabe, Kinder in und um Mnchen mit ernhrungsphysiologisch ausgewogenen Mittagessen zu versorgen. Ihren Erfahrungsschatz in Sachen Kinderernhrung hat sie zusammen mit ihrem Team in dem Kochbuch Kind isst Knig zusammengefasst. Das Buch enthlt viele erprobte Lieblingsgerichte von Kindern aus den vergangenen 20 Jahren. Ergnzt werden die Rezepte von zahlreichen Knigtips, mit denen es in der Regel gelingt, Kindern gesunde Ernhrung auch in der Praxis nher zu bringen. Ernhrungswissenschaftliches Basiswissen, ein ausgewogener Wochenmenplan sowie ein Saisonkalender fr Gemse und Obst runden den Inhalt des Buches ab. Weitere Informationen finden Interessierte unter [www.kindermenue-koenig.de](http://www.kindermenue-koenig.de) Prolog. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten. Liebe Leserinnen und Leser, dies ist ein Buch fr alle Mamas und Papas, die oft nicht mehr wissen, was sie ihren Kindern noch kochen knnten, um sie gesund zu ernhren und gleichzeitig auch zufrieden zu stellen! Als Mutter von fnf Kindern war das auch fr mich schon immer eine Herausforderung, und in all den Jahren ihres Heranwachsens konnte ich vieles darber lernen. Doch damit nicht genug: Mit meinem Unternehmen Kindermen Knig stelle ich mich schon seit 1992 der Aufgabe, Kinder in und um Mnchen mit gesundem Mittagessen zu versorgen. So wurden im Laufe der Jahre aus 5 Kindern mehr als 8.000 Kinder, die tglich von mir bekocht werden! Natrlich ist es wichtig fr uns Eltern, jedem Kind einen guten Start ins Leben zu ermoglichen. Dabei spielt das Thema Ernhrung eine groe Rolle. Kinder entwickeln bereits in den ersten Lebensjahren ihr Geschmacksempfinden, ihre Essgewohnheiten und ihre Geschmacksvorlieben. Diese behalten sie ein Leben lang bei, also sollten wir bereits von Anfang an auf eine ausgewogene und gesunde Ernhrung achten. Mein Team und ich orientieren uns bei der Zusammenstellung unserer Menplne an aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Aber die Grundvoraussetzung, um unsere Kinder mit der fr das Wachstum notwendigen Energie und den erforderlichen Vitaminen und Mineralstoffen zu versorgen, sind erstklassige Rohwaren und eine optimale Speisenzusammenstellung und das knnen Sie auch! Doch wie bereiten wir den lieben Kleinen Freude und Genuss an unseren Mens? Durch engen persnlichen Kontakt zu unseren Kunden in den Kindergerten und Schulen sind wir laufend darber informiert, wie bestimmte Speisen angenommen werden. ber die Jahre haben wir deshalb vieles ber die Vorlieben der Kinder erfahren. Wir konnten herausfinden, mit welchen Tricks es gelingt, auch den grten Gemsekasper an gesundes Essen heranzufhren. Unseren Erfahrungsschatz in Sachen Lieblingsgerichte, zahlreiche Tipps zur praktischen Umsetzung sowie viele weitere wertvolle Informationen rund um das bunte Thema Kinderernhrung habe ich gemeinsam mit meinem Team in dem Kochbuch Kind isst Knig fr Sie zusammengefasst. Darf ich sie einladen, die Mahlzeiten auch in Ihrer Familie gesund, vielseitig und pfiffig zu gestalten?! Viel Freude beim Schmckern, Kochen und Genieen wnschen Ihnen Ihre Astrid Penn Mitarbeiterinnen