

[Read download] Lasst es euch schmecken, Kinder. Ideen, Tipps und gesunde Rezepte fr genussreiches Essen mit Kindern.

## Lasst es euch schmecken, Kinder. Ideen, Tipps und gesunde Rezepte fr genussreiches Essen mit Kindern.

Von Irmgard Fortis

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



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #1005290 in BcherVerffentlicht am: 2010-10-13Abmessungen: 8.39 x .47b x 6.57l, Einband: Taschenbuch180 Seiten | File size: 16.Mb

**Von Irmgard Fortis : Lasst es euch schmecken, Kinder. Ideen, Tipps und gesunde Rezepte fr genussreiches Essen mit Kindern.** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Lasst es euch schmecken, Kinder. Ideen, Tipps und gesunde Rezepte fr genussreiches Essen mit Kindern.:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Rezepte fr Spiegelei und Butterkartoffeln????Von H. FrankeAlso ich mache mir echt selten die Mhe und schreibe eine Rezension, aber zu dieser Frechheit muss ich auch meinen Senf abgeben. Ich kann absolut die guten Bewertungen, die mich zum Kauf verleiteten nicht nachvollziehen. Ich habe sie mir durchgelesen und war auf einen groen Teil mit Tipps und Ernhrungsberatung der Auorin vorbereitet. Dreist finde ich allerdings, dass man die paar Rezepte aus dem Buch eigentlich auf etwa 4 Seiten zusammenfassen knnte. Auerdem sind das so wunderbar innovative Rezepte wie:

Spiegelei, Butterkartoffeln, Gemsesticks (ich meine WIRKLICH Karottenstreifen) oder selbstgemachte Pommes usw....Ich wei nicht, wer sowas braucht. Ich kenne keinen in meinem Bekanntenkreis, der ein Rezept fr Spiegelei braucht. Sogar mein Mann (absoluter Kochmuffel!!!) kann das. Wenn einer einen berteuerten Ernhrungsberater fr Kinder wirklich braucht?!? BITTESCHN... Ich finde es einfach nur eine Frechheit so ein Buch herauszubringen! NEIN! Danke!!!3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Das beste von allen Kinderkochbchern! Von SchengeistAlso, ich kann mich noch erinnern, dass ich vor zwei Jahren in der grten Buchhandlung Wiens gestanden bin vor diesem Regal mit den unzhligen Kinderkochbchern, und da war kein einziges dabei, das mich wirklich angesprochen htte. Doch vor Kurzem war ich wieder mal dort und fand DIESES. Es hebt sich sehr wohltuend und deutlich vom Rest ab, und es ist SEHR brauchbar. Die meisten Rezepte sind Gemseerzepte, was fr mich genau passt, und ich bin froh, dass auch ein paar einfache Fleischgerichte drin sind, denn ich hab bis zur Geburt meines ersten Sohnes praktisch nur vegetarisch gekocht. Man merkt auch sehr deutlich, dass die vorgestellten Rezepte kindertestet sind. Das allein bringt diesem Buch bei mir fnf Sterne ein! Gemseessen, die die Kinder essen, welch ein Schatz fr alle gesundheitsbewussten Mamas und Papas! Das ist bei den anderen Kinderkochbchern weitgehend nicht der Fall, hab ich den Eindruck, die scheinen eher den Wnschen und Fantasien erwachsener ErnhrungsberaterInnen ohne Kinder zu entspringen. Das Buch hat einen langen ersten Teil, in dem die Autorin sich damit auseinandersetzt, wie man Kinder zu gesunder Ernhrung erzieht. Das hat mich auf den ersten Blick gestrt, weil ich dachte: So viele Seiten ohne Rezepte! Aber ich hab diesen Teil auch gelesen und muss sagen: Alle Achtung, was fr ein Feuerwerk an Kreativitt die Autorin entfaltet, wenn es darum geht, Kindern gesundes Essen schmackhaft zu machen. Da ist z.B. ein Obstschlangenspiel drin, das wir mit Freunden gespielt haben. Die Kinder waren total begeistert und haben dabei vor allem sehr viel Obst gegessen! Dieser erste Teil enthlt auch Basics ber kindliche Ernhrung, und zwar nicht mit dem erhobenen Zeigefinger, sondern unterhaltsam geschrieben und vor allem sehr angenehm entspannt im Zugang zu dem Thema. Kein Buch, das Mama/Papa ein schlechtes Gewissen macht und das trotzdem Wege zeigt, wie man seinen Kindern gesundes Essen schmackhaft macht und wie man die eigenen Gerichte auf einfache Weise aufwerten kann. Also, diese Weihnachten hab ich ein paar Sorgen weniger, was Geschenke fr meine Freundinnen mit Kindern betrifft. Die kriegen alle das gleiche ...1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Genau was der Titel verspricht! Von BananaexpressDas Buch bietet praxistaugliche Ratschlge wie man fr Kinder unterschiedlichen Alters kochen kann, ohne tagtglich (halb-)Fertigspeisen aufzutischen oder mehr Zeit als ntig hinter dem Herd zu zubringen. Das Buch ist gut gegliedert und allein durch die entzckenden Fotos und Episoden fr ein Sachbuch ungewhnlich gut zum Schmckern geeignet. Einzig die Fotos knnten bei besserer Druckqualitt noch mehr strahlen.

PressestimmenIn `Lasst es euch schmecken, Kinder` gibt eine rztn als Mutter von 6-jhrigen Zwillingen und einem Kleinkind den Lesern mit viel Humor, Gelassenheit und Pragmatismus Einblicke in den nicht immer einfachen kulinarische Weg durch die ersten Jahre von und mit Kindern. Ihre ber 100 Lieblingsrezepte mit Serviervorschlgern, Variationen und extra Zubereitungstipps fr die kleinsten Gourmets sind leicht nach zu kochen und helfen dabei, zeitsparend mit wenigen Zutaten gesunde Mens zuzubereiten, die der ganzen Familie schmecken. (Pdiatrie (2/2011))Die ber 100 Lieblingsrezepte mit Serviervorschlgern, Variationen und extra Zubereitungstipps fr die kleinsten Gourmets sind leicht nachzukochen und helfen, zeitsparend mit wenigen Zutaten gesunde Mens zuzubereiten, die der ganzen Familie schmecken. (VN Vorarlberger Nachrichten (20.08.2011))Die Ernhrungserfahrungen in der Kindheit sind besonders prgend. Nicht nur die Nhrstoffe eines gesunden Essens sind fr Kinder wichtig, sondern auch der bewusste Umgang mit dem Thema Ernhrung. Hier spielt die Familie eine entscheidende Rolle. Unsere Kinder werden in ihrem Essverhalten primr zu Hause geprgt, erklrt Irmgard Fortis, rztn und dreifache Mutter. (Woche Graz Ost (Nr. 34, 31.08.2011))KurzbildungWie lsst sich ein natrlicher, spielerischer Umgang mit Nahrungsmitteln mit gesunden Mahlzeiten und unkomplizierten Rezepten vereinbaren? Gibt es alltagstaugliche, leckere Rezepte, die die Ansprache von Kleinkindern, Kindergarten- und Schulkindern sowie Eltern gleichermaen erfllen, ohne dabei mit vielen Tpfen gleichzeitig jonglieren zu mssen? Wie kocht man, wenn sich die Familie um einen kleinen Esser erweitert? Was schmeckt einer Horde feiernder Geburtstagskinder? Wie bersteht man die ersten Essversuche mit Zwillingen? Und wie kann man spielerisch den Geschmackssinn seiner Kinder frdern? Als Mutter von 6-jhrigen Zwillingen und einem Kleinkind schpft die Autorin und ausgebildete rztn aus einem Fundus von maximal vereinfachten Rezepten und gibt den Lesern mit viel Humor, Gelassenheit und Pragmatismus Einblicke in den nicht immer einfachen kulinarischen Weg durch die ersten Jahre von und mit Kindern.