



Kinderessen, das auch Eltern schmeckt

Kinderessen, das auch Eltern schmeckt - Schnell soll es gehen, gut schmecken sowieso und natürlich gesund sein: Ob für Groß und Klein, fürs Frühstück oder Kinderfest, ob Müsli oder Mittagessen, Fastfood-Burger oder Fruchteis - Yummy Mami, das neue Kochbuch der Stiftung Warentest gibt Familien hilfreiche Tipps, Rezepte und Ideen. Lieblings-Burger, Makkaroni-Salat, Fischragout, Smoothies, selbstgemachte Marmelade und Blitzeis. Das Buch liefert mehr als 150 unkomplizierte Rezepte für jede Jahres- und Tageszeit. Dazu gibt es Tipps für die kulinarische Versorgung bei Picknick, Kindergeburtstag oder Schulausflug. In Kinderkochkursen lernt der Nachwuchs seine Lieblingsgerichte selbst zu kochen. Außerdem gibt es Vorschläge, was zum schnell kochen unbedingt in die Vorratskammer gehört. Kompetent werden alle Fragen beantwortet, die Eltern haben: Was und wie viel soll mein Kind essen? Welche Nährstoffe und Vitamine sind wichtig? Und was tue ich, wenn es sich am liebsten von trockenen Nudeln und Schokomüsli ernährt? Die Autorinnen: Lena Elster ist Köchin, Mutter von zwei kleinen Kindern und betreibt ein erfolgreiches Cateringunternehmen für Kitas. Sie lebt mit ihrer Familie in Dresden. Dorothee Soehlke-Lennert arbeitete im Ernährungsressort der Zeitschrift test. Das "Yummy Mami Kochbuch" hat 208 Seiten und ist ab dem 18. September 2012 zum Preis von 19,90 Euro im Handel erhältlich oder kann online bestellt werden unter www.test.de/mamikochbuch. Kontakt: Stiftung Warentest, Lützowplatz 11-13, 10785 Berlin, Deutschland. Telefon: (030) 2631-2345. Telefax: (030) 2631-2429. Mail: pressestelle@stiftung-warentest.de. URL: http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pinr_=507944

Pressekontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

test.de
pressestelle@stiftung-warentest.de

Firmenkontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

test.de
pressestelle@stiftung-warentest.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage