

## Presseinformation

---

Dagmar von Cramm

### Kochen für Kinder

Umfang: 192 Seiten, mit ca. 250 Fotos

Format: 21 x 26,5 cm, Hardcover

Preis: 19,99 € (D)/20,60 € (A)/26,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-6883-2

Erscheinungsdatum: März 2019



### **Der Top-Seller komplett überarbeitet! Das Standardwerk zur Kinderernährung von Deutschlands bekanntester Kinderernährungs-Expertin.**

Die größte Challenge für junge Familien: die Kids in jedem Alter satt und glücklich zu kochen. Und das in der Hektik zwischen Kita und Büro! Wie das mit Sicherheit in jeder Familie klappt, zeigt Ernährungsexpertin Dagmar von Cramm in *Kochen für Kinder*, dem neuen Standardwerk für die gesunde, leichte Familienküche. Die Rezepte der Autorin sind alltagserprobt, schnell und unkompliziert. Vom Frühstück bis zum Abendessen, vom Pausenbrot zum Kindergarten-snack bis hin zur süßen Nascherei sind die rund 200 modernen Rezepte auf die Bedürfnisse der Kids abgestimmt – so können Eltern sicher sein, für ihre Kleinsten bis zu den Teens jeden Tag ausgewogene Gerichte zu zaubern, auch, wenn die Kinder mal krank sind. Alltagsnahe Tipps und Ratschläge zu allen Fragen rund ums richtige Essen für Kinder plus leckeres Fitfood für Große und Kleine – so spielend leicht kann gesunde Familienküche sein!

**Dagmar von Cramm** ist eine der bekanntesten Food-Journalistinnen Deutschlands. Mit über 4 Millionen verkauften Büchern und regelmäßiger Medienpräsenz gehört sie zu den prominentesten deutschen Expertinnen auf dem Gebiet der Ernährung, insbesondere der Baby- und Kleinkinderernährung. Sie ist gefragter Gast in Verbrauchersendungen und Talkshows. In ihrem Freiburger Redaktionsbüro entwickelt sie Rezepte und Beiträge für ihre Kochbücher und Zeitschriften. Ihr Fokus liegt auf gesunder, moderner Küche für die Familie und Diäten zum nachhaltigen Abnehmen.