

## Kurztext

---

Dagmar von Cramm

### **Kochen für Kinder**

192 Seiten, mit ca. 250 Farbfotos

Pappband

19,99 € (D) / 20,60 € (A) / 28,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6883-2



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 Kindergartensnack 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!