

## Presseinformation

Sarah Schocke, Alexander Dölle

### **Zuckerfreie Rezepte für Kinder**

Lieblingsgerichte für jede Gelegenheit

Umfang: 192 Seiten, mit ca. 110 Fotos

Format: 16,5 x 20 cm, Klappenbroschur

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

ISBN: 978-3-8338-7543-4

Erscheinungsdatum: Januar 2021

 Auch als  
eBook  
erhältlich.



### **Süße Kindheit ohne die tägliche Zuckerflut: leckere, kindgerechte Rezepte für den Alltag**

Lecker! Kinder lieben Süßes, und ihnen Zucker abzugewöhnen fällt schwer. Die gute Nachricht: Ein komplettes Verbot ist gar nicht nötig. Trotzdem gilt: Weniger ist mehr! Mit ihrem neuen Ratgeber **Zuckerfreie Rezepte für Kinder** von GU zeigen die beiden Ernährungswissenschaftler Sarah Schocke und Alexander Dölle anderen Eltern wie sie es schaffen, der Zuckerflut im Alltag zu entkommen. Ob Frühstück, Mittag- oder Abendessen, Pausenbrot, Snacks oder Kuchen für den Kindergeburtstag – für jeden Anlass bieten sie kindgerechte, alltagstaugliche Rezepte. Dazu jede Menge praktische Tipps und Tricks, wie die Umstellung zum zuckerarmen Alltag erfolgreich und stressfrei gelingt. Weniger Zucker und soo lecker – das schmeckt der ganzen Familie!

**Sarah Schocke** und **Alexander Dölle** sind Ökotrophologen, erfolgreiche Buchautoren und Rezeptentwickler mit dem Schwerpunkt gesunde Familienküche. Aus ihrer Feder stammen über 30 Kochbücher, u.a. Familienküchenglück, Mix & Fertig Babybrei oder Zuckerfrei für Kinder. Sie sind Eltern zweier Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter und leben in Frankfurt am Main. Mehr zu den beiden unter [www.alexundsarah.de](http://www.alexundsarah.de) und [www.familien-essen.de](http://www.familien-essen.de).