

(Get free) So schmeckt's Kindern vegetarisch: fachkundiger Rat, praktische Tipps, 150 köstliche Rezepte

So schmeckt's Kindern vegetarisch: fachkundiger Rat, praktische Tipps, 150 köstliche Rezepte

Von Irmela Erckenbrecht
audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



pala
verlag

 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #273231 in BcherVerffentlicht am: 2012-01-01Abmessungen: 8.43 x .71b x 5.67l, Einband: Gebundene Ausgabe200 Seiten | File size: 19.Mb

Von Irmela Erckenbrecht : So schmeckt's Kindern vegetarisch: fachkundiger Rat, praktische Tipps, 150 köstliche Rezepte before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised So schmeckt's Kindern vegetarisch: fachkundiger Rat, praktische Tipps, 150 köstliche Rezepte:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen13 von 14 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Fr uns

war es nicht geeignet. Von Birgit 188 Seiten, ab S. 115 geht es los mit den Rezepten. Viel Theorie, die ich an dieser Stelle gar nicht negativ bewerten möchte, für meinen Geschmack war es zu viel (Auszug aus dem Buch: Cool bleiben... es entflammte zwischen zwei Müttern einmal ein bitterböser Streit, weil eines der Kinder verkündet hatte: "ich würde lieber bei xyz wohnen, da gibt es immer Buttertoast und Nuss-Nougat-Creme." Reagieren Sie auf solche Äußerungen möglichst cool, z.B.: "Ich habe dir schon erklärt, warum ich sowas nicht kaufe. Aber von mir aus kannst du bei xyz soviel von diesem Toastbrot und der Nuss-Nougat-Creme essen, wie du willst." usw.usw). Das Buch kommt ohne Bilder aus (die ich -zugegebenermaßen- bei Rezepten einfach gerne dabei hätte), darüber hinaus gibt es keine Fett oder Kalorienangaben, die ich hilfreich gefunden hätte. Fazit: für Vegetarier oder solche, die es werden wollen, sicher ein nettes Buch, für jemanden, der einfach nur vegetarische Rezepte sucht (ich) und dabei noch wissen möchte, wieviel Fett und Kalorien da auf den Tisch kommen, nicht so geeignet. 2 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Vegetarisches Kind Von Müllemaus Zu Beginn findet sich viel Theorie. Unter anderem über vegetarische Erziehung. Das ist Geschmackssache und ich bin sicherlich nicht immer einverstanden bzw. würde es nicht genauso machen. Aber es war auf jeden Fall interessant mal sehr interessant von den Erfahrungen einer anderen vegetarischen Mutter zu lesen. Es findet sich auch einiges über Nahrungsmittel z.B. Milch und Milchprodukte (wobei ich da auch nicht immer einverstanden bin, da ich selbst vegan lebe- aber das ist eine andere Sache). Alles in allem gut. Der Rezeptteil gefällt mir eigentlich schon ziemlich gut. Einiges ersetze ich zwar (verwende kein Soja), aber das ist gar kein Problem. Liefert auf jeden Fall einige gute Anregungen. Das Ganze würde eher zu einer guten Bewertung führen. Da ich das Buch jedoch häufig verwende (trotz der genannten kleinen Mängel): gefällt mir sehr gut! 4 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. war enttäuscht Von Jivafast die Hälfte ist nur bla-bla-bla. erst auf S. 115 fangen die Rezepte an. Im Theorieteil ist einiges, was nicht richtig ist, z.B. dass die Milch als ein wichtiger Kalziumlieferant genannt wird. Die Hauptgerichte, naja, meinem Kind würden sie alle nicht schmecken, das weiß ich schon jetzt. Leider sind viele Rezepte mit Fleischersatz z.B. Soja. Und ich musste erst googeln um zu erfahren, was mit der Schwedenmilch gemeint ist. Wenn man das Kind gesund ernähren möchte ist das Buch von Marianne Niederer "Gesund von Geburt an" zu empfehlen.

Kurzbeschreibung Bekommen Kinder bei einer vegetarischen Ernährung wirklich alles, was sie für ihr Wachstum und eine gesunde Entwicklung brauchen? Wie lassen sich kleine Gemüsemuffel zu gesunden Mahlzeiten verlocken? Und was können Eltern tun, die keine Zeit haben, stundenlang in der Küche zu stehen, um die lieben Kleinen rundum gut zu versorgen? Ihre Kinder von Anfang an ausgewogen zu ernähren, ist der Wunsch vieler Eltern: Abwechslungsreich, gesund und lecker soll das Essen sein, das sie ihren Kindern täglich anbieten. Immer öfter sind auch fleischfreie Gerichte gefragt. Insbesondere vegetarisch lebende Eltern fragen sich, ob diese Ernährung auch für Kinder geeignet ist. Mit fachkundigem Rat, zahlreichen Tipps und 150 vegetarischen Rezepten zeigt dieses Buch, dass es tatsächlich kinderleicht ist, die ganze Familie vegetarisch und gesund zu ernähren. Neben vielen praktischen Hinweisen und Erklärungen kommt vor allem der Spaß am Essen zu seinem Recht. Alle Rezepte sind vollwertig und wurden im Alltag erfolgreich mit Kindern erprobt. Jenseits von Hamburgern und Pommes frites gibt es eine Vielzahl neuer Lieblingsgerichte zu entdecken - Veggi-Kids wissen, was wirklich gut schmeckt! über den Autor und weitere Mitwirkende Irmela Erckenbrecht, Jahrgang 1958, lebt bei Göttingen. Im Hauptberuf bersetzt sie Sach- und Kinderbücher, vor allem aber literarische Werke aus England, Irland und Nordamerika.