



Rebecca Woollard

Kochen ohne Kochen

50 leckere Gerichte, die Kinder allein zubereiten können. Hier bleibt der Ofen aus!

Kinderleichtes kochen ohne Herd und Ofen

Eltern können sich zurücklehnen, denn jetzt übernehmen die Kinder das Kochen – ohne Herd und Backofen! Dieses **Kinderkochbuch** präsentiert **kalte Küche** vom Feinsten – **kinderleicht nachzukochen, mit einfachen Zutaten und superlecker**. Mit **detaillierten Anleitungen** werden im Handumdrehen **über 50 frische und gesunde Gerichte** auf den Teller gezaubert: von bunten Frühstücks-Smoothies über Nektarinen-Feta-Salat und frische Gazpacho bis hin zu Erdbeer-Schoko-Kugeln.



Heute bleibt die Küche kalt mit diesen köstlichen Kinderrezepten

Ab in die Küche, denn heute kocht der Nachwuchs! Dieses **Kochbuch für Kinder ab 7 Jahren** begleitet junge Köch*innen bei ihren **ersten selbstständigen Küchenerfahrungen ohne Eltern**. Die **abwechslungsreichen Gerichte für Kinder** kommen dabei ganz ohne Gefahrenquellen wie kochendes Wasser oder heiße Bleche aus.

Und während die Eltern entspannen, feiern die Kinder ihre **ersten eigenen Erfolgserlebnisse in der Küche**.

- **Über 50 superleckere Rezepte für Kinder:** Ob Tomaten-Hummus, Kühlschranksuchen, Gemüse-Spaghetti, deftiger Wurstsalat oder Blumenkohl-Bowl – hier ist für jede Tageszeit und jeden Geschmack etwas dabei.
- **Genauere Anleitungen** sorgen für einen sicheren Gebrauch von Messern, Küchenreibe und Co. So können Kinder unbeschwert und selbständig in der Küche hantieren.
- **Ansprechende Fotos in einem modernen, dynamischen Layout** animieren zum Ausprobieren der Rezepte und wecken das kindliche Interesse für gesunde Lebensmittel.
- **Zahlreiche Tipps und Tricks** ermutigen zu eigenen Rezeptvariationen und vertiefen verschiedene Küchentechniken und -grundlagen – wie beispielsweise: Wie hält man ein Messer oder einen Sparschäler richtig und schneidet sicher? Was muss ich bei einer Küchenreibe beachten?

Hier bleibt der Ofen aus! Diese kinderleichten Rezepte machen Spaß, sind gesund und schmecken garantiert der ganzen Familie.

Rebecca Woollard

Kochen ohne Kochen

50 leckere Gerichte, die Kinder allein zubereiten können. Hier bleibt der Ofen aus!

ISBN 978-3-8310-4237-1

96 Seiten, 223 x 284 mm

Mit farbigen Fotos und Illustrationen

€ 9,95 (D) / € 10,30 (A)

Ab 7 Jahren