



Kochschule für Kinder

Alle Kinder zwischen 5 und 15 Jahren kochen und brutzeln mit dem Chef des Hauses und Küchenmeister Frank Gliemann ein köstliches Menü.

Hier erfahren Ihre Kinder wie man fit durch gesunde Ernährung bleibt.

Im Besonderen, dass Süßes auch ohne Zucker und Fett lecker ist, was Nährstoffe überhaupt sind, wie wichtig Essen für den Körper ist, wie man eigene Getränkereaktionen herstellt und wie man wie ein Profi mit dem Messer umgeht.

Als Geschenk erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde.

Ein Kindergeburtstag der besonderen Art!



Einsteigerbeispiel:

Wie beim Italiener!

1. Nudelsuppe mit selbstgemachter Pasta
2. Wir üben uns als Jongleure
3. Eierkuchen oder Crêpes (süß oder sauer)
4. Ich werde Eiskonditor
(Schoko, Erdbeere oder etwas Verrücktes wie Gurkeneis)

Beispiel für Fortgeschrittene:

Was hält mich gesund?

1. Snack für Zwischendurch aus Gemüse
2. Soljanka
3. Gemüsebürger - lecker auch ohne Fleisch
mit frischen Möhren und Kartoffelbrei
4. Obstmousse auf Vanillequark