

Thema: Gourmet Menü Service

Autor:

Wie aus Naschkatzen kleine Feinschmecker werden können

Der KURIER verlost zehn Kochkurse für Kinder mit der Stadt Wien und der Firma Gourmet

„Kind in Wien“ heißt eine Serie des KURIER in Kooperation mit der Stadt Wien. Heute: Ernährung.

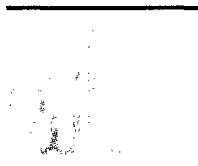


Süßigkeiten von morgens bis abends – das ist der Traum vieler Kinder. Die kleinen Naschkatzen zu mehr Obst und Gemüse zu motivieren, ist nicht immer einfach. Eltern setzen Süßes gern zur Bestrafung oder Belohnung ein, was dazu führt, dass sie als Erwachsene dazu neigen, emotionale Spannungen mit Essen zu kompensieren. Meistens reicht aber der Lebensstil

der Eltern als Vorbildwirkung aus.

„Das Zubereiten von Speisen macht Spaß, das muss man Kindern beibringen und sich auch die Zeit zum Essen und dem Produzieren von Essen nehmen – das gemeinsame Kochen ist für Kinder das Schönste“, sagt der Leiter des Wiener Ernährungsservice, Dr. Martin Hofer.

„Nur was man kocht, das muss auch schmecken, das heißt kindgerecht zubereitet werden – abseits vom klassi-



schen Burgerpampf.“ Mit spezieller Würzung und nett angerichtet werden auch Karotten gerne gefuttert, so Hofer.



Der KURIER verlost gemeinsam mit der Stadt Wien und der St. Pöltener Firma Gourmet, die als Marktführer rund 700 Kindergärten und Schulen in Österreich und Bayern mit biologischem und gesundem Essen beliefert, zehn Kochkurse für Kinder und einen Erziehungsberech-

tigten. Der Kurs wird von Martin Hofer und der Firma Gourmet geleitet.

Einsendungen an: KURIER Marketing, Kennwort „Kind in Wien – Kochkurs“, Lindengasse 52, 1070 Wien; eMail: kindinwien@kurier.at. Einsendeschluss ist der 31. März 2006.

Lesen sie morgen: Freizeitangebote für Kinder. Alles Wichtige über das Leben mit Kindern erfahren Sie am kommenden Sonntag in der KURIER-Sonderbeilage „Kind in Wien“.

► **INFORMATION**

MA 11 - Hotline: ☎ 4000-80 11