

## Rezension

JUNGWIRTH Andrea u. SIEVERS Gerd Wolfgang:  
Vergnüglich Kochen. Kochspaß für Kinder. Leopold  
Stocker Verlag, Graz 2012

### **Birgit KLACKL-SALLETMAIER**

Kinder jeden Alters kochen gerne. Dürfen sie ihre Lieblingsspeisen zubereiten, macht es gleich noch viel mehr Spaß! Bei der Auswahl der Rezepte für dieses vergnügliche Kochbuch haben die AutorInnen das berücksichtigt. Die Rezepte reflektieren den Geschmack der meisten Kinder: Angefangen mit fröhlich-farbigen Brotaufstrichen über Spaghetti bis zur unumgänglichen Pizza ist alles vertreten.

Dieses Kochbuch, bei dem 2 € von jedem verkauften Exemplar den Rote-Nasen-Clowndoctors zukommen, wurde von einigen bekannten Österreichischen Unternehmen gesponsert, was sich aber zum Glück kaum auf den Inhalt auswirkt. Natürlich werden die Tiefkühlprodukte eines bekannten österreichischen Lieferanten verwendet und auch das eine oder andere Convenience-Produkt findet Eingang. Wichtig aber ist, dass den Kindern der Spaß am Kochen vermittelt wird und die Lust am Essen. Dabei erfahren sie auch, dass es keine „ungesunden“ Lebensmittel gibt, sondern die Dosis wesentlich ist: Ab und zu ein „narrisches Würstl“ oder ein Hamburger schadet nicht.

Das Buch gliedert sich in einen einführenden Abschnitt und drei Rezeptteile. Im einführenden Teil werden den Kindern einzelne Küchengeräte und deren Anwendung erklärt. Ein Kräuterteil und Einkaufstipps runden das Ganze ab. Im Rezeptteil gibt es jeweils kalte Rezepte und Süßspeisen zu gleichen Teilen sowie einen größeren Teil an Rezepten für warme Mahlzeiten. Von selbstgemachten Waller-Fingern über Spaghettoni mit rohen Tomaten bis zu Kartoffelgulasch finden sich vielfältige Rezeptvorschläge, die Kindern den kreativen Akt des Kochens nahebringen. Präsentiert der Sprössling als Dessert noch einen Bratapfel oder ein selbst gerührtes Beereneis, wird der Stolz groß sein!

Ansprechende Bilder zu den Rezepten machen Appetit. Die Auswahl kann nach Schwierigkeitsgrad erfolgen: 5 rote Nasen erfordert etwas Geschick, während Rezepte mit einer roten Nase sehr einfach auszuführen sind. Es finden sich immer wieder auch kleine Tipps bei den Rezepten. Das Buch ist für Kinder ab 8 Jahren, mit etwas Hilfe von Erwachsenen können aber auch jüngere Kinder die meisten Rezepte bewerkstelligen.