



# Leseprobe

Annabel Karmel

## Kochen für Babys und Kleinkinder

Über 200 gesunde, schnelle und einfache Rezepte

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 8,99 €



---

Seiten: 320

Erscheinungstermin: 14. März 2016

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

## *Buch*

Annabel Karmel präsentiert in diesem Kochbuch-Klassiker über 200 gesunde, einfache und schnell zubereitete Gerichte für Babys und Kleinkinder – vom ersten Brei beim Abstillen über köstliche Häppchen für zwischendurch bis hin zu nahrhaften und babytauglichen Gerichten für die ganze Familie.

Die weltweit bekannte Ernährungsexpertin gibt Ihnen zahlreiche Ratschläge für die gesunde Kleinkindernährung in den unterschiedlichsten Entwicklungsstadien. Basierend auf dem neuesten Stand der Wissenschaft erläutert sie, wie sich die Anforderungen an die Nahrung mit dem Wachsen Ihres Kindes verändern.

Praktische Wochenpläne machen es Ihnen außerdem einfach, den Einkauf und die Zubereitung der leckeren Gerichte im Voraus zu planen – so sparen Sie wertvolle Zeit. Kompetente Tipps für kleine »Problemesser« wie zahnende Babys, heikle Quengler und Allergiker bringen Harmonie an Ihren Esstisch.

## *Autorin*

**Annabel Karmel**, englische Expertin für Ernährung von Babys und Kleinkindern, hat sich seit Jahrzehnten international einen Namen gemacht und mehrere Bestseller zu diesen Themen veröffentlicht. Sie tritt regelmäßig im britischen Radio und Fernsehen auf und schreibt für nationale Zeitungen.

