

# Pressemitteilung



29. September 2015

## **Familienzentrum Anröchte liegt die ausgewogene Ernährung der Kinder am Herzen.**

Daher wurde erneut ein Kochkurs initiiert, um Eltern praxisnah die schnelle, leckere Kinderküche zu zeigen. An zwei Abenden überzeugten sich Mütter und Väter, wie leckere Gerichte ohne Fertigprodukte im Nu schmackhaft gekocht werden können. Kindgerechte Mittagsgesichte sowie leckere Geburtstagsgerichte standen auf dem Speiseplan.

Das Thema Ernährung wurde zudem bei einer Informations- und Gesprächsrunde mit Diätassistentin Ute Nübel erörtert. 13 Teilnehmer waren dabei, als es um Zusatzstoffe in sogenannten „kindgerechten“ Lebensmitteln und um eventuell daraus resultierende Gefahren für die Gesundheit ging. Fastfood und andere Speisen, die besonders auch für Kinder und Jugendliche eher ungesund erscheinen, kamen dabei zur Sprache.

Die Mütter „zauberten“ beispielsweise leckere Nudelsoßen bis hin zur Möhrentorte. Bei dem abschließenden Testessen waren sich alle einig: „Alles schmeckt.“

Als Wegweiser hatten das Familienzentrum Gemeindekindergarten Anröchte und Ute Nübel für den Kochtreff eigens ein kleines Rezeptbüchlein zusammengestellt, dies soll künftig dafür sorgen, dass viel weniger über das Essen gemeckert wird...

**V.i.S.d.P.:** Gemeindeverwaltung Anröchte, Hauptstraße 74, 59609 Anröchte,  
Tel.: 02947/888-0; Fax: 02947/888-180; e-Mail: [post@anroechte.de](mailto:post@anroechte.de); Internet: [www.anroechte.de](http://www.anroechte.de)

PM\_Kochkurs für ausgewogene Ernährung.docx