Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 66 (1991)

Heft: 11: Haustechnik

Artikel: Kleine Köche und kindgerechte Kochbücher

Autor: Brunner, Margrit

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-105855

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Von Margrit Brunner

Kleine Köche und kindgerechte Kochbücher

Kinderkochbücher gibt es zwar viele, doch nicht alle machen Kindern das Kochen so leicht und verlockend wie das schöne und internationale Unicef-Kinderkochbuch, nicht alle sind so anregend und spannend wie «Linus lässt nichts anbrennen».

«Die kleinen Köche» ist – wie sich unschwer erraten lässt – für Kinder gedacht. Trotzdem ist es mein Lieblingskochbuch. Denn es ist genau das Richtige für die bequeme Hausfrau, die ungern Rezepte liest, stattdessen lieber schöne Bilder anschaut, die einfach zuzubereitendes, aber gutes Essen liebt, sich gerne einen Blick in ausländische Küchen gönnt, ohne deswegen gleich das ganze Gewürzgestell neu bestücken zu wollen. Das Kochbuch, das mit ansprechenden Illustrationen und Text in grosser Schrift die Koch- und Backvorgänge Schritt für Schritt bildlich darstellt, eignet sich für Anfänger und Anfängerinnen. Und ist damit ein ideales Kinderkochbuch. Die Rezepte sind international und meist einfach: Avocado-Salat mit Ananas aus Haiti, Mango-Bananen-Eis aus Nigeria, Fondue aus rohem Gemüse aus Belgien oder – etwas komplizierter – Tomaten-Quiche aus Frankreich, Empanadas-Fleischtaschen aus Chile oder Haselnusskuchen aus der Tschechoslowakei. Mein persönlicher Desserttip aus «Die kleinen Köche» ist und bleibt die gefrorene Zitronen-Mousse aus Schweden.

36 Rezepte aus aller Welt, zusammengetragen und veröffentlicht von der Unicef, in der Absicht, dass kleine Köche «Kinder, die in anderen Ländern leben, durch ihre einheimischen Gerichte besser kennenlernen». Die Rezepte werden ergänzt durch Ratschläge für gesunde Ernährung, praktische Tips im Umgang mit Pfannen, Backofen und Topflappen und wichtige Kochhinweise (Tomaten häuten, Kuchenform fetten usw.). Die in schönen Farben bebilderten Kochvorgänge bieten einen anregenden Einblick in die internationale Wunderwelt des Kochens.

«Linus lässt nichts anbrennen» ist eine gelungene Mischung aus Rezepten und Informationen. Mit grossen anschaulichen, zum Teil farbigen Bildern.

Kochanleitungen und interessante Informationen zu Grundnahrungsmitteln wie Kartoffeln, Milch, Getreide, Beeren und Obst werden vermittelt anhand von Küchenbegegnungen zwischen dem etwa 9jährigen Linus und seiner Nachbarin Svea (einer älteren, ehemaligen Schiffsköchin). Gemeinsam bringen die beiden einfache Rezepte auf den Tisch: Kartoffelsuppe, Grahamzopf, Vanillesauce, Elviras Eis usw., dabei lernt Linus beim gemeinsamen Tun vieles über Kochvorgänge und Lebensmittel überhaupt. Das liest sich beispielsweise so:

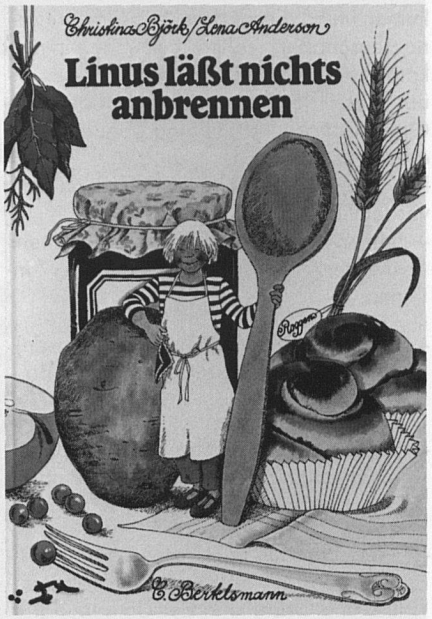
«Ich habe eine Idee», sagte Svea. «Wir können ja mal versuchen, aus frischer Kuhmilch selbst Butter zu machen.» Wir schlugen die Milch lange mit einem Schneebesen. Zuerst wurde es Schlagsahne, ich meine, sie wurde steif. Aber wir schlugen weiter. Plötzlich wurde die Sahne körnig und bildete Klümpchen. Gleichzeitig war ein Teil der Sahne zu einer dünnen wässrigen Milch geworden. «Das nennt man Buttermilch», sagte Svea. «Und das andere ist Butter.» Die salzten wir... usw.

Oder so (im Kapitel «Was die Kuh alles kann»):

«Warum macht die Kuh Milch?

Die ist natürlich für ihre Kälber bestimmt. Früher gaben die Kühe nur Milch, wenn sie Kälber geboren hatten. Aber als die Menschen die Kühe gezähmt hatten, melkten sie weiter, nachdem die Kälber aufgehört hatten zu trinken. Und so wurden die Kühe überlistet, weiter Milch herzustellen. Doch die Kuh muss jedes Jahr ein Kalb bekommen, sonst gibt sie keine Milch mehr.»

Die einfache Sprache und spannend aufgebaute und gut durchdachte Dialoge



zwischen Linus und Svea (oder zwischen Linus und seinem Freund Arthur, mit dem er einen Mittagsklub gründet) ermöglichen eine kindgerechte Behandlung auch heikler Themen unserer gegenwärtigen Welternährungslage, Stichworte: «Die Nahrung würde reichen, wenn wir sie gerecht verteilen würden. / Kann man denn nur von Reis leben? Kriegt man in 35 Jahren nicht mal mehr zum Geburtstag Hackfleischragout?»

Arthur sei – so verrät Linus – ziemlich «mäkelig und pingelig», wenn es ums Essen geht. Doch Sveas Essen schmecke ihm meistens, obwohl «er doch eigentlich nur Würstchen und Spaghetti mag». Man glaubt's ihm gerne, dass Svea sogar für Alfalfa- und Mungo-Bohnen das Interesse und den Appetit der Kinder wecken kann.

«Die kleinen Köche» von Eve Tharlet, Unicef-Verlag, Fr. 18.– (erhältlich im Buchhandel oder bei Unicef, Zürich).

«Linus lässt nichts anbrennen» von Christina Björk und Lena Anderson, C. Bertelsmann-Verlag (bisher auch dtv) Fr. 10.–.