

# Kefir, Quark & Co –

## Schulung der Kursleiterinnen für Kinderernährung

"Können Sie Dickmilch, Buttermilch, Joghurt oder Saure Sahne blind am Geschmack erkennen? Oder gar den Unterschied zwischen Frischmilch, der neuen ESL-Milch und H-Milch?" Hiltrud Schappert und Yvonne Riede von der Milchwirtschaftlichen Arbeitsgemeinschaft Rheinland-Pfalz e.V. stellten die Kursleiterinnen für Kinderernährung auf die Probe. Mit einer Sinnesschulung, wissenschaftlichen Grundlagen aber auch Erfahrungen aus ihrer Arbeit in Schulen stimmten sie die Kursleiterinnen auf das Thema "Kefir, Quark & Co" ein und gaben vielfältige Tipps, wie man bei Kindern die Neugier auf den Geschmack und die Verarbeitung von Milch und Milchprodukten wecken kann.

Jedes Jahr wird von der Arbeitsgemeinschaft der LandFrauenverbände ein neues Thema erarbeitet, damit Kinder unter der Anleitung hauswirtschaftlicher Fachkräfte den praktischen Umgang mit Lebensmitteln erlernen und ganz einfach Spaß am Kochen und dem gemeinsamen Genießen bekommen. In diesem Jahr dreht sich nun alles um das Thema Milch und Milchprodukte.



Gemeinsam mit den Kursleiterinnen wurden passende Rezepte gesammelt, probiert und ausgewertet. Gerade das große Spektrum der Milchprodukte bietet vielfältige Möglichkeiten - von leckeren Ideen fürs Frühstück mit Joghurt, kreativen Hauptmahlzeiten mit Frischkäse bis hin zu erfrischenden Drinks aus Buttermilch und Kefir. Aus den besten Rezepten wird nun in den kommenden Wochen ein kindgerechtes Kochbuch entstehen, mit dem die kleinen Köche dann nicht nur im Kinderkochkurs arbeiten werden, sondern auch viele Anregungen für das Kochen zu Hause erhalten.

Die Kinderkochkurse erfreuen sich mittlerweile einer großen Beliebtheit. Viele Kinder, die einmal dabei waren, warten schon auf das neue Kochbuch mit vielen kreativen Ideen.

**Der Kinderkochkurs "Kefir, Quark & Co." kann ab Herbst  
von den Ortsvereinen gebucht werden.**