



Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht • 12 Monate-Beikostfahrplan • 30 Baby-Familienrezepte

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte

Ingeborg Hanreich, Britta Macho

Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte Ingeborg Hanreich, Britta Macho



[Download Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte.pdf](#)



[Online lesen Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte.pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte Ingeborg Hanreich, Britta Macho

176 Seiten

Kurzbeschreibung

Ihr Kind greift schon nach allem, was auf Ihrem Teller ist? Es steckt alles in den Mund, was es in die Finger bekommt? Vielleicht kommen schon die ersten Zähnchen? Ihr Kind ist etwa ein halbes Jahr alt? Dann signalisiert es den Wunsch nach Beikost und es ist Zeit für die Überlegung, ob Sie lieber Gläschen füttern oder selber den Kochlöffel schwingen wollen.

Einfache, selbst gekochte Babybreie haben unter anderem den Vorteil, dass sie besser riechen und vielfältiger schmecken als Gläschenkost.

Mit unserem Rezeptbuch fällt der Beikostbeginn leicht. Das „ABC der Zutaten“ und die Saisonkalender für Deutschland, Österreich und die Schweiz unterstützen Sie bei der saisonalen und babygerechten Auswahl der Zutaten. Die „Rezepte auf Vorrat“ helfen mit, den Aufwand bei der Zubereitung gering zu halten.

Die einzelnen Rezepte sind nach ernährungswissenschaftlichen Gesichtspunkten speziell für Babys zusammengestellt (Öl- und Saftzugabe). Wenn Ihr Kind allergiegefährdet oder allergisch ist, hilft der Ratgeber auf seine speziellen Bedürfnisse einzugehen. Der übersichtliche Beikostplan mit unseren Breirezepten und 30 Baby-Familien-Rezepten unterstützt Sie bei der stufenweisen Einführung neuer Lebensmittel. Spezielle vegetarische Breie bieten eine gute Alternative zum eisenreichen Gemüse-Fleisch-Brei.

Der Ratgeber begleitet Sie über den Umstieg auf Familienkost hinaus. Von „Kürbisgemüse aus dem Wok“ über „Lauchstrudel-Päckchen“ bis hin zum ersten „Geburtstagskuchen“ reicht die leckere Auswahl.

Die aktualisierte Ausgabe 2014 wurde nach den Empfehlungen des FKE (Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund) adaptiert. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Mag. Ingeborg Hanreich

Ernährungswissenschaftlerin und Stillberaterin

Mag. Ingeborg Hanreich hat 1991 das Studium der Ernährungswissenschaften an der Universität Wien abgeschlossen und ist außerdem seit 2003 Stillberaterin.

Als freiberuflich tätige Expertin widmet sie sich vor allem dem Bereich "Ernährung von Mutter und Kind". Sie hält Seminare und Vorträge für Eltern, ElternberaterInnen, Hebammen, Säuglingsschwestern und ApothekerInnen.

Frau Mag. Hanreich war Gründungspräsidentin des Verbandes der Ernährungswissenschaftler Österreichs sowie Vorstandsmitglied des "Informationskreises Kind und Ernährung" und hat jahrelang dessen Hotline betreut.

Seit Herbst 2008 ist sie Lektorin an der Fachhochschule für Hebammen in Wien.

Dipl. oec.troph. Britta Macho

Ernährungswissenschaftlerin und Pädagogin

Dipl. oec.troph. Britta Macho hat das Studium der Ernährung und Hauswirtschaft an der Fachhochschule Niederrhein 1983 und 1987 an der Berufspädagogischen Akademie des Bundes in Wien das Lehramt für den ernährungswirtschaftlichen und haushaltsökonomischen Fachunterricht abgeschlossen.

Von 1995 bis 2009 war sie Vorstandsmitglied des "Informationskreises Kind und Ernährung" (IKE). Seit langem arbeitet sie als Ernährungswissenschaftlerin freiberuflich, seit 2006 im eigenen Unternehmen

ernährung e3 Macho & Reiselhuber OEG (www.e-drei.at).

Als Mutter von zwei Kindern erprobt sie laufend Rezepte und zahlreiche Tipps und Tricks sowie die praktische Umsetzbarkeit von Empfehlungen der Bücher des Verlages I. Hanreich.

Download and Read Online Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte Ingeborg Hanreich, Britta Macho #X4SYTPRHN0I

Lesen Sie Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho für online ebookRezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho Bücher online zu lesen. Online Rezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho ebook PDF herunterladenRezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho DocRezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho MobiPocketRezepte & Tipps für Babys Beikost: Breie selbstgekocht · 12 Monate-Beikostfahrplan · 30 Baby-Familienrezepte von Ingeborg Hanreich, Britta Macho EPub