

JULIA PENEDER

MONTESORI-IDEEN FÜR DIE KÜCHE

KOCHEN MIT KINDERN

Grundlagen,
Impulse und Rezepte,
um die Selbstständigkeit
deines Kindes zu fördern



riva

© 2023 des Titels »Montessori-Ideen für die Küche – Kochen mit Kindern« von Julia Peneder (ISBN 978-3-7423-2205-0) by riva Verlag,
Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

Inhalt

Vorwort.....	9
Grundlagen	11
Was viele über die Montessori-Pädagogik denken	12
Maria Montessori	13
Kurz und knackig: 10 Montessori-Basics für dich und dein Kind	14
Das tun, was auch Mama und Papa tun.....	16
Warum Altersangaben keinen Sinn ergeben.....	18
Beobachtung.....	18
Symbole zur Orientierung	19
Präsentation einer Tätigkeit	22
Vorbereitete Umgebung	24
Ein eigener Bereich in der Küche.....	25
Ein Körbchen auf der Arbeitsplatte	25
Offenes Regal.....	26
Die eigene Schublade	26
Unser Snacktisch	27
»Ich darf den Tisch decken«	28
»Ich darf Wasser einschenken«.....	29
Auch das Aufräumen gehört dazu	31
Kehrrübung nach Montessori.....	33
Einkaufen als gemeinsame Aktivität	35

Impulse	37
Küchen-Impulse für dein Kind	39
»Ich presse mir meinen Orangensaft selbst«	40
»Ich knacke Nüsse«	42
»Ich schneide meine Banane«	44
»Ich streiche mir mein Brot selbst«	46
»Heute schneide ich Schnittlauch«	48
»Ich schneide Erdbeeren«	50
»Ich schäle ein Ei«	52
»Heute mixe ich mir meinen eigenen Cocktail«	54
»Ich zupfe Ribisel ab«	56
»Ich schäle meine Mandarine«	58
»Käse reiben kann ich schon allein!«	60
»Ich mache mir heute mein Müsli selbst«	62

Rezepte	65
Kindgerechte Rezepte	66
Kinder-Pancakes	69
Winterlicher Kinderpunsch	73
Zimt-Kipferl	77
Heiße Schokolade	81
Blumige Flammkuchen	85
Grüne Muffins	89
Regenbogenspieße mit Joghurt	93
Vulkanporridge	97
Schnelle Kinderpizza	101
Fruchtiger Salat	105
Knusprige Käsecracker	109
Brottürmchen	113
Tipps und Kaufempfehlungen	117
Literaturverzeichnis	122
Über die Autorin	123
Danksagung	124
Bildnachweis	128