

Eine Gruppenproduktion von: BCS Kindergarten & Vorschule (Berlin), ICEC (Helsinki),  
Universidad Camilo Jose Cela (Madrid), Pikler-Haz (Budapest)  
(2020)

# Eltern-Kind Kochbuch

## Übergang in unseren Kindergarten



## *Eltern-Kind Kochbuch*

Group production by:

Berlin Cosmopolitan School Kindergarten & Preschool (Berlin), ICEC (Helsinki),  
Universidad Camilo José Cela (Madrid), Pikler-Ház (Budapest)



This project has been funded with support from the European Commission.

1. Edition, May 2020

© 2020 Berlin Cosmopolitan School Kindergarten ; Preschool (Berlin), ICEC  
(Helsinki), Universidad Camilo José Cela (Madrid), Pikler-Ház (Budapest)

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without the prior written permission of the publisher, except in the case of brief quotations embodied in critical reviews and certain other non-commercial uses permitted by copyright law. For permission requests, write to the publisher at the address below.

This publication reflects the views only of the authors, and the European Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

ICCC Group  
Berlin Cosmopolitan School Kindergarten & Preschool, Invalidenstrasse 130, 10115  
Berlin, Germany

[www.iccc.group](http://www.iccc.group)

## WIE VERWENDET MAN DIESES MATERIAL: ELTERN-KIND-KOCHBUCH

Dieses optionale Material wurde gemacht für Kindergärten/ Einzelpädagog\_innen, um eine Verbindung zwischen zu Hause und Kindergarten für zukünftige Familien zu schaffen. Manchmal können sich Kinder aus Familien von verschiedenen Ländern und kulturellen Hintergründen mit dem angebotenen Essen im Kindergarten schwer tun, was gleichzeitig auch die Eingewöhnung erschweren kann. Als Lösung hierfür kann ein Kochbuch wie dieses dazu beitragen, neuen Familien einige Ideen von Gerichten zu geben, die traditionell im jeweiligen Land des Kindergartens gekocht werden und somit mit hoher Wahrscheinlichkeit zum Mittagessen in der Einrichtung serviert werden. Die Familien können somit vorbereitend bereits zu Hause die gleichen Gerichte kochen, um das Kind daran zu gewöhnen. Diese Idee dahinter ist es das Zubereiten der Mahlzeiten so interaktiv und kinderfreundlich wie möglich zu gestalten. Durch diese Erfahrung des Kochens neuer Lebensmittel (ob es z.B. das Waschen von Obst oder Gemüse, das Schälen von Kartoffeln, das Hacken von weichem Obst oder Gemüse mit einem Buttermesser oder das Vermischen von Zutaten ist) mit den Eltern und dem anschließenden Probeessen der geschaffenen Mahlzeit, wird das Kind vorbereitet diesem Essen im Kindergarten positiv zu begegnen.

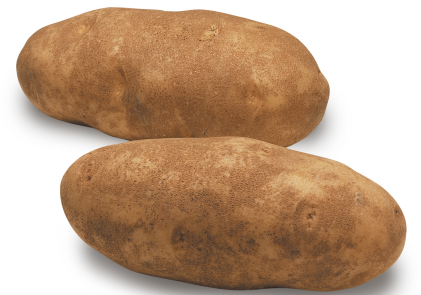
Nachfolgend finden Sie ein Beispiel für ein Rezept, das in einem Kindergarten in Deutschland gekocht werden könnte. Erzieher\_innen werden ermutigt, ihre eigenen Rezepte zu verwenden und die Bilder durch Andere zu ersetzen, die sie für passend halten, wenn es darum geht, dass Kinder mithelfen können dieses Essen mit ihren Eltern zu kochen. Scheuen sie nicht, zusätzliche Rezepte hinzuzufügen, um einfach nur ein paar Beispiele für die Familien zu haben. Dieses spannende und praktische Material kann Eltern und Kindern ein wenig mehr Selbstvertrauen für den Eintritt in den Kindergarten schenken.



# Kartoffel- puffer

für eine  
Portion:

2 große Kartoffeln



1 Ei



1 Esslöffel  
Mehl



1 Prise Salz



Öl zum Kochen



# Werkzeuge:

Käsereibe



Gemüseschäler



# Anweisungen:

- 1) Schält die Kartoffeln.
- 2) Zerreibt die Kartoffeln zu kleinen Stücken.
- 3) Fügt Eier, Mehl und Salz zu den Kartoffelstücken hinzu und vermischt es zu einer Masse.
- 4) Öl in eine vorgeheizte Pfanne geben, einen großen Löffel der Kartoffelpuffermasse hinzufügen und gold-braun braten. Danach wenden, um auch die andere Seite zu braten.

Seviertipp: Mit Apfelsauce oder Quark schmeckt es besonders lecker!



Kinder brauchen eine gesunde Umgebung, in der sie wachsen, sich entwickeln, spielen und lernen können. Ihre Umgebungen bieten komplexe Anforderungen und verändern sich stetig. Aufgabe der Pädagog\_innen ist es, ein Vorbild zu sein und den Kindern in allen Lebensbereichen hilfreiche und gesunde Möglichkeiten und Verhaltensweisen zu bieten. Auf diese Weise tragen Erzieher\_innen und Familien dazu bei, selbstbewusste und unabhängige Kinder, mit einem starken Gefühl von Selbstwirksamkeit und Offenheit, zu erziehen.

