



Lilian (3) und Emma (4) üben sich im Kartoffelschälen. HENZE



## Kochen für Kids

„**ICH DENKE, DASS WIR HEUTE MIT RUND 100KINDERN** rechnen können“, schätzte Edith Hamdorf (70) am letzten Sonntag im Erlebniswald Trappenkamp. Und in der Tat war der Andrang enorm am Stand der Segeberger Landfrauen, die dort mit vielen Kindern an holzbeheizten Kochtöpfen eine Gemüsesuppe „Frühlingslust“ zubereiteten. Dabei war das Kochen für die Kinder nicht mal das wichtigste, viel mehr Spaß machte ihnen nämlich das Gemüseputzen und -schnibbeln. Kartoffeln wurden dort geschält, Möhren und Sellerie geputzt und Petersilie gezupft. Später wurde alles kleingeschnibbelt und danach mit einigen Gewürzen in die Kochtöpfe gegeben.

Die Aktion Koch für Kids der Segeberger Landfrauen im Erlebniswald Trappenkamp diente einmal mehr dazu Kinder an gesunde Ernährungsweisen heran zu führen. „Bemerkenswerterweise“, sagte gar ein Vater, „essen meine Kinder zu Hause nur sehr ungern Gemüse und Suppe, aber hier bekomme ich sie kaum von den Tellern weg.“ Das Geheimnis dieses Erfolgs, so erläuterte Landfrauen-Kreisvorsitzende Jutta Neuber, läge eben am Mitmacheffekt. Die Kinder dürften eben bei der Zubereitung des Gemüses mitmachen, hätten Spaß dabei und würden gleich einige Grundfertigkeiten des Kochens erlernen. Für Lilian (3) und Emma (4) war die ganze Geschichte ohnedies ein großer Spaß. Geschickt putzten die beiden Mädchen das Gemüse mit den Küchenmessern, man hatte gleich das Gefühl, als ob es nichts Neues für sie wäre. „Nein“, lachte Lilians Mutter, „die Mädchen gehen in einen Waldkindergarten, „und sind daher den Umgang mit Lebensmitteln und deren Zubereitung durchaus gewohnt.“ Aber da waren die beiden Mädels si-

cher eine große Ausnahme beim Koch für Kids der Landfrauen im Trappenkamp. Die meisten Jungköche bedurften schon sehr land-fraulicher Unterstützung. Für Edith Hamdorf war jedenfalls klar, dass sie auch im nächsten Jahr wieder mit den Kindern im Erlebniswald kochen würde. „Mir macht das sehr viel Spaß und die Kinder lernen eine Menge dabei.“

ANZEIGE

Anzeige  
B=91,6mm  
H=125mm

### DAS PROJEKT

#### LAND.LEBEN.ZUKUNFT.

**Land.Leben.Zukunft** ist ein gemeinsames Medienprojekt des LandFrauenVerbandes Schleswig-Holstein und des Schleswig-Holsteinischen Zeitungsverlags. Die Schirmherrschaft hat Landwirtschaftsministerin Dr. Juliane Rumpf übernommen.

In regelmäßiger Folge werden im Rahmen dieser Serie die zwölf schleswig-holsteinischen Kreisverbände der LandFrauen mit ihren Aktivitäten und Projekten vorgestellt.