



MAMA, PAPA, HEUTE KOCHTE ICH FÜR EUCH! MIT DEN ELTERN UND KAPT'N IGLO DEN HELDENMONAT FEIERN



Auf Mama und Papa ist immer Verlass! Sie sind die Helden des Alltags und begleiten die Kleinen auf ihren Wegen – egal wohin es geht. Die Kids wollen dafür Danke sagen, deshalb feiern wir nicht nur Mutter- und Vatertag, sondern rufen gleich den Heldenmonat aus! Und womit lässt sich besser Danke sagen, als mit einer liebevoll selbstgekochten Mahlzeit? Also, Leinen los und ab in Kapt'n iglos Kids Kombüse!

Zum Ehrentag des jeweils anderen übernimmt ein Elternteil mit den Kids das Steuer. Ganz nach dem Motto: "Mama, Papa – heute koche ich für euch!", entstehen so leckere Gerichte für Mamas Frühstück im Bett oder einen ausgedehnten Sonntagsbrunch zu Papas Ehren.

„Abenteuer Kochen: Durch kleine Kniffe z. B. das Suchen und Finden der Zutaten, an ihrem tatsächlichen Lagerort, können Kinder viel lernen. Warum darf die Tomate nicht in den Kühlschrank, die Gurke aber schon? Warum müssen Kartoffeln im Dunkeln liegen? Das ist doch gruselig. Warum lagern Spinat und Fischstäbchen im eisigen Gefrierfach?“



MICHAEL LOITZ
KOCH UND ERNÄHRUNGSEXPERTE

4 SCHRITTE ZU EINER GELUNGENEN SCH(M)ATZSUCHE DURCH DIE KOMBÜSE

1. Wo ist ...?

Wer kochen will, braucht Zutaten. Aber wo liegt eigentlich was? Was gehört wohin und welche Lebensmittel kommen so gar nicht miteinander aus?

2. Wie kann ich helfen?

Manche Kinder können schon ein Messer benutzen, andere sind noch zu klein dafür. Sie sollten fürs erste leichtere Aufgaben übernehmen, wie Erbsen stampfen, oder umrühren. Damit führen Eltern ihre Kinder Schritt für Schritt an das große Abenteuer Kochen heran, ...



3. Mama, Papa – wie mache ich das?

Wenn es an den Herd geht, sollten Mama und Papa den Kleinen helfen und Schritt für Schritt erklären, wie viel Gewürz beispielsweise ins Gericht gehört oder wann es Zeit ist, die Pfannkuchen umzudrehen.



4. Schaut, was ich für euch gekocht habe!

It's Showtime! Beim Anrichten können Eltern ihre Kleinen natürlich unterstützen, trotzdem sollten sich die Kinder bei der Dekoration der Teller ausleben dürfen. Das macht Spaß und fördert die Kreativität. Ein Erfolgserlebnis, das garantiert der ganzen Familie schmeckt!

HELDENHAFT HAUSGEMACHT

GARTENERBSEN-AVOCADOBROT MIT POCHIERTEM EI

iglo Gartenerbsen
UVP: 2,39 Euro
400 Gramm

SCHMECKT AUCH
MIT SPIEGELEI



SPINATPANCAGES MIT EI UND KRÄUTERSOÛSE

iglo Rahm-Spinat
der mit dem Blubb
UVP: 1,69 Euro
500 Gramm



SAFTIGER SPINATKUCHEN MIT MANDELN

iglo Blatt-Spinat natur
UVP: 1,99 Euro
500 Gramm



KRÄUTERWAFFEL-SANDWICH MIT FISCHSTÄBCHEN UND JOGHURT-PAPRIKA-SOÛSE

iglo 15 Fischstäbchen
UVP: 3,59 Euro
450 Gramm



DOWNLOAD

Bild- und Pressematerial

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte gern an:

Marlene Munsch
iglo Deutschland
+49 40 18 02 49 - 334
marlene.munsch@iglo.com

Janka Jungclaus
segmenta communications GmbH
+49 40 44 11 30 - 49
iglo@segmenta.de