

JULIA PENEDER

MONTESSORI-IDEEN FÜR DIE KÜCHE

KOCHEN MIT KINDERN



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

riva

JULIA PENEDER

MONTESORI-IDEEN
FÜR DIE KÜCHE
KOCHEN MIT KINDERN

JULIA PENEDER

MONTESORI-IDEEN FÜR DIE KÜCHE KOCHEN MIT KINDERN

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



riva

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie.
Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@rivaverlag.de

Originalausgabe

2. Auflage 2023

© 2023 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten.
Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Ulrike Reinen

Umschlaggestaltung: Maria Verdorfer

Umschlagabbildung: Florentina Klampferer

Illustrationen: Shutterstock.com: NikWB, kimmimo, Flowicon

Layout: inpunkt[w]o, Wilnsdorf (www.inpunktwo.de)

Satz: inpunkt[w]o, Wilnsdorf (www.inpunktwo.de)

Druck: Florjancic Tisk d.o.o., Slowenien

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-7423-2205-0

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-1970-5

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-7453-1971-2



Weitere Informationen zum Verlag findest du unter

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage 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



Vorwort

»Montessori« – gehört hat dieses Wort sicherlich jeder schon einmal. Schade ist aber, dass nur die wenigsten wissen, was eigentlich alles dahintersteckt und wie wertvoll und nachhaltig die damit verbundene Herangehensweise für unsere Kinder und auch für uns Erwachsene sein kann – vor allem in Bezug auf die täglichen Tätigkeiten in der Küche.

Kochen mit Kindern klingt für viele nach Stress und Chaos. Ich möchte dich mit meinem Buch an die Hand nehmen und dir zeigen, dass dies so eigentlich gar nicht stimmt. Kinder in der Küche mit einzubeziehen ist so wertvoll und muss überhaupt nicht anstrengend oder schwierig sein. Die Ansätze der Montessori-Pädagogik sind dafür die richtige Basis. Leider werden darüber immer wieder Unwahrheiten verbreitet, und das Wort »Montessori« gerne mal zweckentfremdet. All dem möchte ich mit meinem Buch ein bisschen entgegenwirken und deutlich machen, wie toll man die Montessori-Pädagogik zu Hause in den Alltag, und vor allem in der Küche, integrieren kann – und wie sehr unsere Kinder davon profitieren können.

Für weitere Infos, Videos und mehr schaue doch gerne auf meinem Blog (diy-inspiration-montessori.at), Instagram-Account ([@julia.kreativblog](https://www.instagram.com/julia.kreativblog)) und Shop (shop.julia-kreativblog.at) vorbei. Die Suche funktioniert dabei ganz einfach und führt dich durch viele spannende Themen.

Ich wünsche dir ganz viel Freude beim Schmökern und hoffe, dass ich vielleicht für den ein oder anderen »Aha-Effekt« sorgen kann. Doch am allermeisten wünsche ich dir viel Spaß beim Kochen mit deinem Kind.

Julia





GRUNDLAGEN

