

Wieder mit Appetit essen

Das Kochbuch für Senioren

**Einfach
& einmalig:
Leckere
Rezepte für
80+**

Die Autoren:

Claudia Menebröcker gründete 2004 das Beratungsunternehmen CM Verpflegungskonzepte für Senioren. Sie ist gelernte Diät-küchenleiterin und Fachwirtin Schwerpunkt Sozialwesen. Sie hat eine Zusatzausbildung als Diätassis-tentin für Geriatrische Ernährungs-therapie/VDD.

Jörn Rebbe ist Betriebsleiter beim Caterer „Rebional“ mit Sitz in Herdecke.

Udo Keil gründete 2003 das Unter-nehmen „volxkoch – Ihr Restaurant für zu Hause“. Er ist Koch und Hotel-betriebswirt.

Claudia Menebröcker
Jörn Rebbe
Udo Keil

Mir schmeckt's wieder – Das Kochbuch für alte Menschen

Neuerscheinung, 144 Seiten,
35 Abbildungen
Format 22 × 23 cm
ca. € 19,99 [D] / € 20,60 [A] / CHF 28,-
ISBN 978-3-8304-3940-0

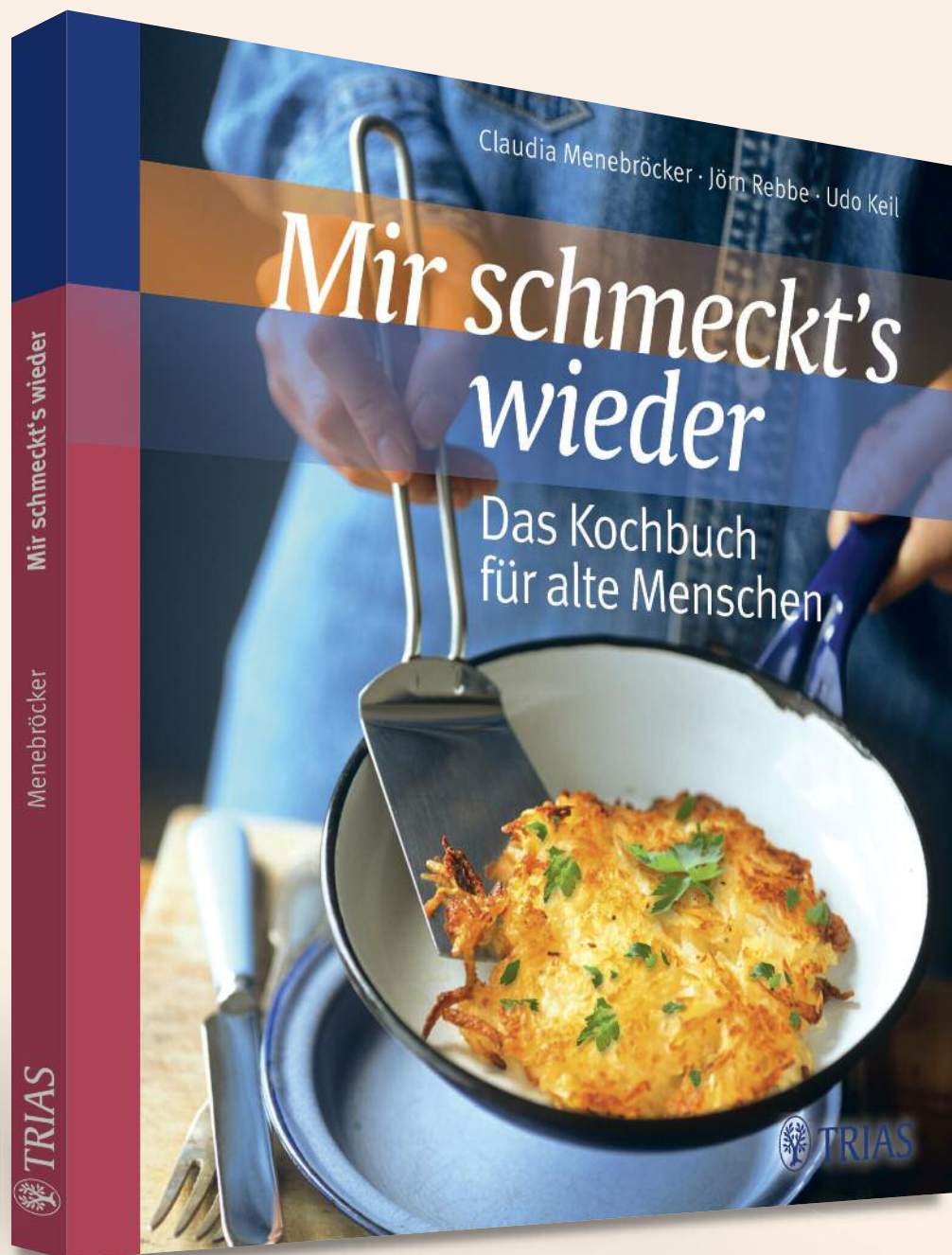


9 783830 439400

0 1 9 9 9



Auch als eBook erhältlich:
E-ISBN PDF 978-3-8304-3941-7
E-ISBN ePub 978-3-8304-6549-2



STECKBRIEF

- ▶ **Das einzige Kochbuch für alte Menschen: Verhindert Mangelernährung und fördert die Freude am Essen und Kochen**
- ▶ **Perfekt für Senioren, die sich selbst versorgen wollen**
- ▶ **Das ideale Geschenk für die alte Mutter, Tante oder den alleinstehenden Vater**

Gerade im Alter, wo gesundheitliche Beeinträchtigungen rasant zunehmen, ist eine regelmäßige und gesunde Ernährung besonders wichtig. Doch das Kochen fällt immer schwerer, die Portionen werden immer kleiner und es schmeckt einfach nicht mehr. Die Gefahr einer einseitigen, unzureichenden Ernährung steigt. Dieses nostalgisch bebilderte Seniorenbuch kommt hier gerade recht, denn es unterstützt Senioren dabei, sich weiterhin selbst zu versorgen. Neben Infos zur ausgewogenen Ernährung, Einkauf und Vorratshaltung gibt es Tipps zu Fertigprodukten und Tiefkühlkost. Die Rezepte sind für eine Person berechnet und mit Haushaltsmaßen versehen. Doch das Schönste: Die traditionellen Rezepte und die historischen Bilder aus den 50er und 60er Jahren lassen Erinnerungen an die „gute alte Zeit“ wach werden.

