



Natalie Stadelmann  
**Babybrei**  
Der sichere Einstieg in die Beikost

Franz. Broschur  
16,5 x 23,5 cm; 112 Seiten  
ISBN 978-3-7088-0803-1  
Kneipp Verlag Wien  
€ 14,99

**ET: 18. Jänner 2021**

**Essen im ersten Babyjahr – so machen Sie alles richtig!**

**Soll ich den Babybrei selbst zubereiten? Welches Gemüse, Obst und Getreide ist besonders nahrhaft? Wie kann ich mein Baby von Beginn an gesunde Kost gewöhnen?**

Natalie Stadelmann, Ernährungsspezialistin und vierfache Mutter, informiert ausführlich über die Lebensmittel, die sich für selbst zubereitete Beikost am besten eignen. Sie gibt Einblick in die Lebensmittelkunde, erklärt, was wo drinsteckt und worauf bei Unverträglichkeiten und Allergien zu achten ist. Die fundierten Informationen werden durch einen umfangreichen Rezeptteil ergänzt. Mit fantasievollen Kombinationen und erprobten Empfehlungen für Breiarten bis zur Heranführung an die Familienkost ist das Ernährungs- und Kochbuch ein unentbehrlicher Begleiter durch das erste Babyjahr.

**Sichere Beikosteinführung, Baby-led-Weaning und Babyernährung übersichtlich auf den Punkt gebracht.**

Natalie Stadelmann, vierfache Mutter und bekannte Bestsellerautorin, ist eine gefragte Expertin und Vortragende im Bereich der Baby- und Kinderernährung. Als Fach-PTA für Ernährung sowie Ernährungs- und Diätberaterin vermittelt sie in Workshops, Kursen und Beratungsgesprächen, was Babys für ihr Wachstum brauchen.



©Thomas Stadelmann