

# Glutenfrei BACKEN für Kinder

## Ein Backbuch für Klassiker und Hingucker

**Andrea Hiller dürfte vielen Zöliakie betroffenen als Autorin von Ratgebern, Koch- und Backbüchern bekannt sein. Nun reiht sich ein Backbuch, speziell für die Wünsche von Kindern, in ihre Werke ein. Wenn Andrea Hiller nicht gerade an neuen Rezepten tüftelt, arbeitet sie als Diätassistentin und berät unter anderem zu Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten. Ihr neues Buch ist optisch sehr ansprechend - kein Wunder, denn die Bloggerin und Food-Stylistin Emma Friedrichs gestaltete und fotografierte die Köstlichkeiten.**

### Andrea Hiller

Verlag: Neuer Umschau Buchverlag GmbH

ISBN: 978-3-86528-959-9

Preis: 18,00 EUR

Zu Beginn wird auf wenigen Seiten Allgemeines über Gluten, glutenfreies Backen und Dekorieren behandelt. Für Neubetroffene könnten diese Informationen etwas zu kurz geraten sein, es handelt sich hier jedoch auch nicht um einen Ratgeber, sondern um ein Backbuch, und somit ist der kurze Einstieg absolut gerechtfertigt. Im Anschluss folgen die Rezepte, eingeteilt in verschiedene Teige (Quark-Öl-/Quark-Teig, Rührteig, Biskuit, Mürbeteig und Hefeteig). Zu Beginn ist jeweils das Grundrezept für den jeweiligen Teig aufgeführt, somit können, wie die Autorin selbst schreibt, altbekannte und beliebte Familienrezepte glutenfrei hergestellt werden. Es folgen zwei Kapitel mit süßen Gerichten und kleinen Snacks. In einem Rezeptregister sind alle Rezepte sowohl alphabetisch als auch nach bestimmten Schlagwörtern wie „herzhaft“, „mit Obst“ oder „Torten“ eingeteilt. Diese doppelte Einteilung ist bei der schnellen Suche nach einem bestimmten Rezept ideal. Den Abschluss bilden Kopiervorlagen für das Dekorieren der Leckerbissen. Die Rezepte sind leicht verständlich geschrieben.

Das Buch bietet nicht nur klassische Kinderhits wie Apfelta-schen und Stockbrot, sondern greift auch Food-Trends auf, wie beispielsweise Cake-Pops oder Emoji-Amerikaner. Auch die benötigte Zeitspanne und Kreativität beim Dekorieren ist weit gestreut. Von „Blitzschnellen Quarkbrötchen“ bis hin zu aufwendig verzierten Tauf- und Geburtstagstorten ist alles dabei. Wer eine

Torte mit Fondant- oder Marzipanmasse dekorieren möchte, sollte bereits etwas Erfahrung mitbringen oder sich (online) weitere Tipps aneignen, denn in diesem Buch wird nur sehr knapp darauf eingegangen. Dennoch bietet „Glutenfrei BACKEN für Kinder“ die ideale und inspirierende Grundlage für bunt dekorierte Kinder-Torten. Bei fast jedem Rezept sind Abwandlungsmöglichkeiten und Tipps angegeben, dies bietet die Möglichkeit, nach individuellen Vorlieben der Kinder zu backen.



Zielgruppe sind Eltern, Großeltern, Freunde und Verwandte, deren Kinder von Zöliakie betroffen sind und die diesen eine Freude bereiten möchten. Es handelt sich hier nicht um ein Backbuch, bei dem die Kinder in die Zubereitung ausdrücklich miteinbezogen sind. Bei simplen Rezepten ist dies aber sicherlich möglich. Bei den aufwändigeren Rezepten muss jedoch der Großteil von Erwachsenen erledigt werden.

Wer schon Bücher von Andrea Hiller kennt, wird bemerken, dass nicht alle Rezepte neu sind. Einige Klassiker lassen sich in ihren anderen Büchern finden. Trotzdem bietet das Buch auch neue Rezeptideen und ist durch die bunt gestalteten Rezepte ein echter Hingucker. Mit diesem Buch wird der glutenfreie Kuchen nicht nur eine wahre Gaumenfreude, sondern auch ein optisches Highlight auf dem Kindergeburtstag.

- Maren Baumgarten, B.Sc. Ernährungswissenschaft