



# Jahresbericht

der Sarah Wiener Stiftung 2021

## INHALT

<b>1. Die Sarah Wiener Stiftung</b>	<b>3</b>
1.1. Motivation	4
1.2. Vision	5
1.3. Rolle und Ansatz der Stiftung	6
1.4. Stiftungsarbeit mit Fokus auf Wirkung und Qualität	7
1.5. Reichweite der Stiftungsarbeit	8
1.6. Team	9
<b>2. Projekte und Fördernde</b>	<b>10</b>
2.1. Ich kann kochen! – Die Ernährungsinitiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER	11
2.2. Vom Acker in den Mund! – Ernährungsbildung am Lernort Bauernhof	13
2.3. Meinem Schulessen auf der Spur! – Die regionale Wertschöpfungskette entdecken	14
<b>3. Finanzen</b>	<b>15</b>
<b>4. Ausblick auf das Jahr 2022</b>	<b>19</b>
Impressum	21



# 1. Die Sarah Wiener Stiftung



## 1.1 Motivation

Eine unausgewogene Ernährung hat erhebliche Auswirkungen auf die Gesundheit; und die in Kindertagen erlernten Essgewohnheiten verfestigen sich schnell. Sie prägen die persönliche Art zu essen und damit die Gesundheit von Heranwachsenden oft ein Leben lang. Die junge Generation verliert daneben zunehmend den Bezug zu Lebensmitteln – und zu unserer Umwelt.

Viele Heranwachsende wissen heute nicht mehr, dass man Pizza selbst machen kann, dass das Fleisch der Frikadellen von einem Tier stammt oder ein saisonaler Bioapfel aus der Region ein nachhaltigeres Produkt ist als eine aus der Ferne importierte Südfrucht. Im Zeitalter von Fertigprodukten und Lieferdiensten geht das Wissen über die Herkunft und Zubereitung frischer Lebensmittel zunehmend verloren.

Damit verlieren sie als Individuen und wir als moderne Gesellschaft langsam unsere Ess- und Kochkultur. Diese umfasst gelebtes Praxiswissen, nützliche Alltagskompetenzen und Rituale und gibt uns damit Halt und Orientierung – bleibt aber gleichzeitig immer offen für Vielfalt und neue Einflüsse.

Und darüber hinaus: Kindern und Jugendlichen ist oft nicht mehr bewusst, dass ihre Art zu essen starke Auswirkungen auf die Natur und unseren Planeten hat – und damit ihre eigenen zukünftigen Lebensbedingungen direkt beeinflusst. Dies zu ändern, treibt das gesamte Stiftungsteam an.



---

## 1.2 Vision

Die Sarah Wiener Stiftung lebt den Traum, dass jedes Kind gut isst.

Das bedeutet für uns:

**Dass jedes Kind vielfältig, gesund und genussvoll essen und kochen lernt – ungeachtet der sozialen Herkunft.**

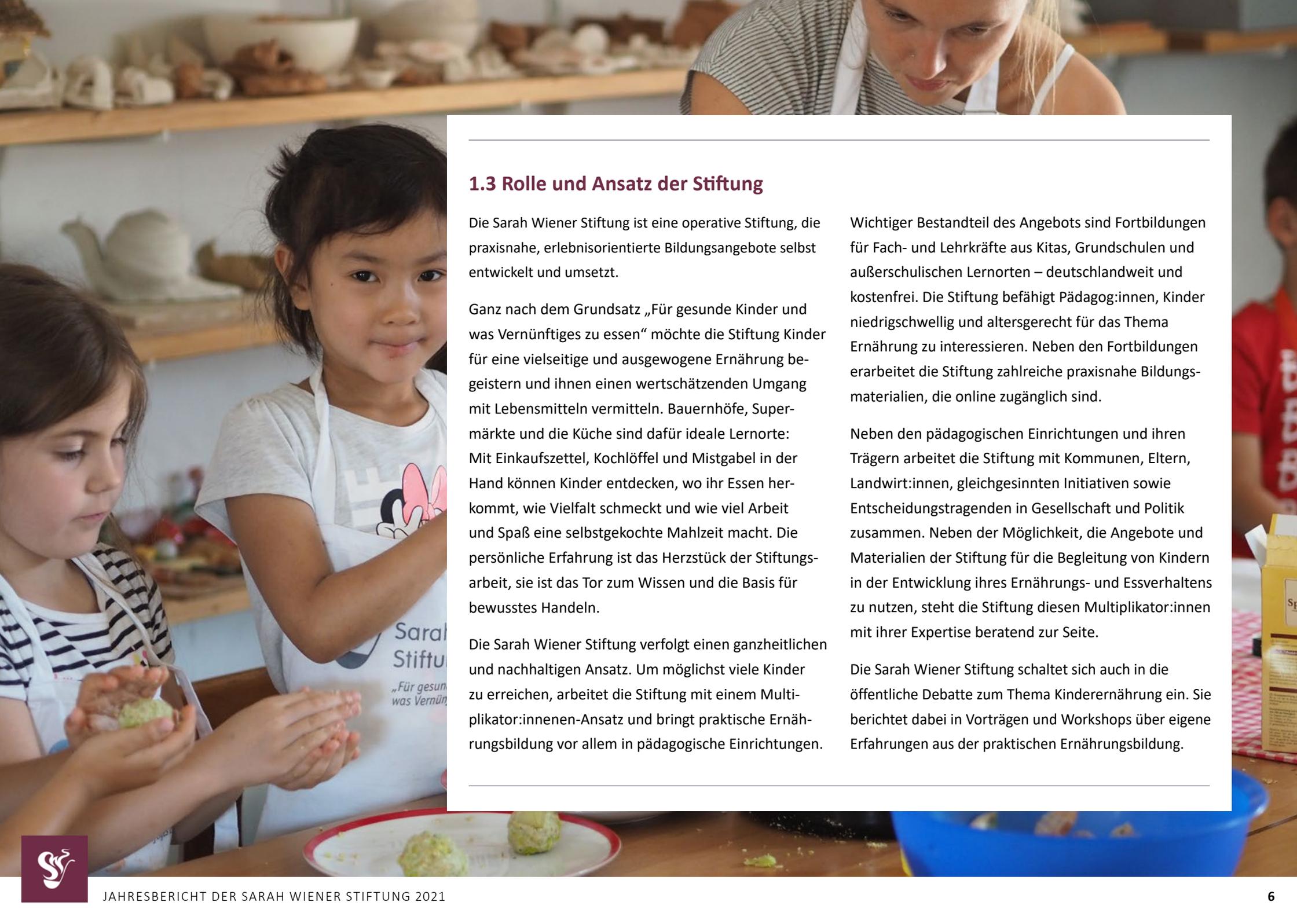
**Dass jedes Kind eine wertschätzende Haltung gegenüber Lebensmitteln, ihrer Herkunft und Herstellung entwickelt.**

**Dass jedes Kind erkennt, wie sich unser Einkaufen und Essen auf die Gesundheit von Mensch, Tier und Boden auswirkt.**

Diese Vision leitet die Arbeit der Stiftung gemeinsam mit ihren Partner:innen. Sie wurde 2019 in einem mehrstufigen partizipativen Prozess neu erarbeitet und ausformuliert und wird seit 2020 intern verankert und extern kommuniziert.

---





### 1.3 Rolle und Ansatz der Stiftung

Die Sarah Wiener Stiftung ist eine operative Stiftung, die praxisnahe, erlebnisorientierte Bildungsangebote selbst entwickelt und umsetzt.

Ganz nach dem Grundsatz „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ möchte die Stiftung Kinder für eine vielseitige und ausgewogene Ernährung begeistern und ihnen einen wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln vermitteln. Bauernhöfe, Supermärkte und die Küche sind dafür ideale Lernorte: Mit Einkaufszettel, Kochlöffel und Mistgabel in der Hand können Kinder entdecken, wo ihr Essen herkommt, wie Vielfalt schmeckt und wie viel Arbeit und Spaß eine selbstgekochte Mahlzeit macht. Die persönliche Erfahrung ist das Herzstück der Stiftungsarbeit, sie ist das Tor zum Wissen und die Basis für bewusstes Handeln.

Die Sarah Wiener Stiftung verfolgt einen ganzheitlichen und nachhaltigen Ansatz. Um möglichst viele Kinder zu erreichen, arbeitet die Stiftung mit einem Multiplikator:innen-Ansatz und bringt praktische Ernährungsbildung vor allem in pädagogische Einrichtungen.

Wichtiger Bestandteil des Angebots sind Fortbildungen für Fach- und Lehrkräfte aus Kitas, Grundschulen und außerschulischen Lernorten – deutschlandweit und kostenfrei. Die Stiftung befähigt Pädagog:innen, Kinder niedrigschwellig und altersgerecht für das Thema Ernährung zu interessieren. Neben den Fortbildungen erarbeitet die Stiftung zahlreiche praxisnahe Bildungsmaterialien, die online zugänglich sind.

Neben den pädagogischen Einrichtungen und ihren Trägern arbeitet die Stiftung mit Kommunen, Eltern, Landwirt:innen, gleichgesinnten Initiativen sowie Entscheidungstragenden in Gesellschaft und Politik zusammen. Neben der Möglichkeit, die Angebote und Materialien der Stiftung für die Begleitung von Kindern in der Entwicklung ihres Ernährungs- und Essverhaltens zu nutzen, steht die Stiftung diesen Multiplikator:innen mit ihrer Expertise beratend zur Seite.

Die Sarah Wiener Stiftung schaltet sich auch in die öffentliche Debatte zum Thema Kinderernährung ein. Sie berichtet dabei in Vorträgen und Workshops über eigene Erfahrungen aus der praktischen Ernährungsbildung.

---

## 1.4 Stiftungsarbeit mit Fokus auf Wirkung und Qualität

Wir sind davon überzeugt, dass unsere Vision durch eine konsequente Ausrichtung auf Veränderungsziele, einen hohen Qualitätsanspruch und durch ambitionierte Reichweitenziele tatsächlich erreichbar ist. So arbeiten wir als lernende Organisation daran, die 2019 neu gefasste Vision in klare Wirkungsziele zu übersetzen, die auf gesellschaftliche Bedarfe und individuelle Bedürfnisse antworten.

Außerdem erheben wir seit 2016 laufend unsere Fortschritte bezüglich Reichweite, Qualität und Wirkungen durch eigene Monitoring-Maßnahmen und – bezogen auf unsere Initiative Ich kann kochen! – im Rahmen zweier umfassender externer Evaluationen, die von der Friedrich-Schiller-Universität Jena und der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd zwischen 2017 und 2020 durchgeführt und im Oktober 2020 veröffentlicht wurden.

---





---

### 1.5 Reichweite der Stiftungsarbeit

Seit Stiftungsgründung im Jahr 2007 hat die Sarah Wiener Stiftung annähernd 2.600 Fortbildungen durchgeführt. An den bundesweiten Angeboten haben bereits 26.900 Personen teilgenommen. Auf diese Weise sind mehr als eine Million Kinder in Deutschland mit Koch- und Ernährungskursen erreicht worden. An 998 von der Stiftung organisierten Tagesexkursionen zu ökologisch wirtschaftenden Betrieben haben mehr als 21.100 Kinder teilgenommen. Bundesweit arbeitet die Stiftung mit über 13.700 Partnereinrichtungen zusammen, von denen mehr als 10.000 Kitas, Grundschulen, Horte und außerschulische Lernorte sind.

---

## 1.6 Team

Zum 31.12.2021 umfasst das Team der Sarah Wiener Stiftung 34 fest angestellte Mitarbeitende, davon sechs in Vollzeit und 26 in Teilzeit sowie zusätzlich zwei studentische Mitarbeiterinnen. Vier Mitarbeitende sind in Elternzeit. Hinzu kommen 15 Trainer:innen, die bundesweit auf Honorarbasis für die Stiftung tätig sind und Fortbildungen durchführen.

Der Vorstand der Sarah Wiener Stiftung setzt sich aus sechs Personen zusammen: Sarah Wiener (Vorstandsvorsitzende), Jochen Beutgen (stellvertretender Vorsitzender), Anja Schermer (geschäftsführende Vorständin), Cornelia Quennet-Thielen, Elenore Kaufhold und Jean-Remy von Matt.



## 2. Projekte und Fördernde



## 2.1 Ich kann kochen! – Die Ernährungsinitiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER

Ich kann kochen! ist eine bundesweite Initiative für praktische Ernährungsbildung für Kinder im Kita- und Grundschulalter. In zwei konsekutiven Fortbildungen werden pädagogischen Fach- und Lehrkräften das theoretische Wissen und die praktischen Fähigkeiten vermittelt, um in ihren Einrichtungen gemeinsam mit Kindern zu kochen und sie für eine vielseitige Ernährung zu begeistern. Nach der Fortbildung erhalten alle Teilnehmenden einen Zugang zum Online-Portal der Initiative mit Selbstlernangeboten und weiteren Bildungsmaterialien für die pädagogische Praxis, Hintergrundinformationen und Rezepten. Daneben begleitet die Initiative die pädagogischen Fachkräfte mit einem pädagogischen Newsletter, Webinaren und weiteren digitalen Angeboten. Alle Fortbildungen und Bildungsmaterialien sind kostenfrei. Die Inhalte orientieren sich an den Bildungs- und Lehrplänen der Bundesländer.

Seit dem Start 2015 hat Ich kann kochen! bereits über eine Million Kinder erreicht. Ziel ist es, dass in jeder Kita und in jeder Schule in Deutschland mindestens je ein:e Genussbotschafter:in mit den Kindern kocht. Die Qualität und Wirkung von Ich kann kochen! sind wissenschaftlich evaluiert und bestätigt. Die Initiative ist ein IN FORM-Projekt der Bundesregierung. Auf der Webseite der Initiative gibt es weitere Informationen zu Ich kann kochen! sowie den Inhalten der Fortbildungen: [www.ichkannkochen.de](http://www.ichkannkochen.de)





Im Jahr 2021 hat die Stiftung im Rahmen der Initiative Ich kann kochen! insgesamt 460 Online-Fortbildungen organisiert und durchgeführt, die von mehr als 3.815 Teilnehmenden besucht wurden.

Daneben wurde das Online-Portal der Initiative gere-launcht. Neben Designanpassungen wurden viele neue Funktionen, Inhalte und Materialien bereitgestellt. Dazu gehört auch eine neue Rezeptgalerie mit integrierter Filterfunktion. Je nach Mahlzeitentyp, Geschmack und Saison lassen sich nun abwechslungsreiche Rezepte filtern. Zusätzlich erleichtern eine neue Suchfunktion und die überarbeitete Menüstruktur die Navigation im Portal.

Einige Rezepte und ausgewählte Materialien sind nun auch ohne Login abrufbar, sodass nicht nur Genussbotschafter:innen Zugriff haben, sondern alle interessierten Fach- und Lehrkräfte sowie weitere Multiplikator:innen einen ersten Vorgeschmack bekommen können.

### **Ich kann kochen!-Familienküche: Digitale Plattform für Eltern rund um einen gelingenden Essalltag**

Essen ist eins der zentralen Themen im Alltag vieler Familien. Um Eltern im Essalltag zu unterstützen, haben Sarah Wiener Stiftung und BARMER in 2021 eine neue digitale Plattform ins Leben gerufen: die Familienküche. Die Familienküche richtet sich mit kostenfreien Angeboten an Eltern mit Kindern von zwei bis zehn Jahren. Sie erklärt, wie Kinder sich beim Essenlernen entwickeln, wie Eltern sie dabei begleiten und Herausforderungen am Esstisch begegnen können. Die Angebote der Plattform machen Lust aufs gemeinsame Kochen und helfen bei der Planung, Organisation und Zubereitung leckerer und ausgewogener Mahlzeiten. Die Familienküche will Essen als schönes und verbindendes Erlebnis in den Familien stärken und so die Ernährungskompetenz und Gesundheit der Kinder und ihrer Eltern fördern.

Die digitale Plattform bietet hilfreiche Videos, saisonale Familienrezepte, praktische Tipps und Tricks für das gemeinsame Zubereiten von Mahlzeiten, Antworten auf Herausforderungen im Essalltag und ein digitales Kochbuch zum Download mit Wochenplänen. Weiterführende Informationen auf [www.familienkueche.de](http://www.familienkueche.de)

### **Kooperationspartner:innen, Förderung und gesetzlicher Rahmen der Initiative**

Ich kann kochen! ist seit 2015 eine gemeinsame Initiative der Kooperationspartnerinnen Sarah Wiener Stiftung und BARMER. Die BARMER Krankenkasse fördert die Initiative im Rahmen des Präventionsgesetzes und leistet damit einen Beitrag zur Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit der Menschen in Deutschland. Die substantielle Förderung ermöglicht der Stiftung eine flächendeckende Ausweitung und Weiterentwicklung des bewährten kostenfreien Fortbildungskonzepts und der Bildungsmaterialien.





## 2.2 Vom Acker in den Mund! – Ernährungsbildung am Lernort Bauernhof

Seit 2009 lädt die Sarah Wiener Stiftung Kinder im Alter zwischen drei und zehn Jahren zu Fahrten auf Biobauernhöfe ein. Dort entdecken sie mit den Landwirt:innen einen Tag lang, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie ökologische Betriebe arbeiten. Sie helfen aktiv auf den Höfen mit und begreifen so, dass Tomaten nicht im Kühlschrank wachsen, lernen frische und regionale Lebensmittel schätzen und entdecken beim gemeinsamen Kochen, wie gut nachhaltige Landwirtschaft schmeckt.

Das Projekt Vom Acker in den Mund! startete am 1. April 2019 mit einer dreijährigen Projektlaufzeit und dem Ziel, bundesweit 300 Bauernhoffahrten für 7.500 Kita- und Grundschulkinder und ihre Fach- und Lehrkräfte durchzuführen. Auf inzwischen 35 Biobauernhöfen in ganz Deutschland lernen die Kinder ganz praktisch und mit allen Sinnen, woher unsere Lebensmittel kommen, wie sie ökologisch nachhaltig angebaut und verarbeitet werden. Zudem bereiten die Kinder bei jeder Bauernhoffahrt gemeinsam mit den Landwirt:innen und Pädagog:innen eine Mahlzeit aus hofeigenen Produkten zu.

Zwischen Mai und November 2021 wurden 160 Bauernhoffahrten zu 34 Partnerhöfen in 15 Bundesländern durchgeführt. Insgesamt nahmen im Jahr 2021 annähernd 3.200 Kita- und Grundschulkinder teil.



### Förderpartner:innen

Das Projekt Vom Acker in den Mund! wird gefördert im Rahmen des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN) sowie weiteren Förderpartner:innen: die Beisheim Stiftung, die Landwirtschaftlichen Rentenbank, die GLS Zukunftsstiftung Landwirtschaft, Deutsche Postcode Lotterie und Software AG Stiftung.

Weiterführende Informationen auf [www.sarah-wiener-stiftung.de/projekte/vergangene-projekte](http://www.sarah-wiener-stiftung.de/projekte/vergangene-projekte)



## 2.3 Meinem Schulessen auf der Spur! – Die regionale Wertschöpfungskette entdecken

Bei Meinem Schulessen auf der Spur! erkunden Berliner Grundschulkinder der dritten und vierten Klasse, welchen Weg Bio-Lebensmittel entlang der regionalen Wertschöpfungskette zurücklegen, bevor sie in der Schulkantine auf ihren Tellern und Essensreste beim Entsorgungsbetrieb landen.

Anhand von kostenfreien Tagesexkursionen zu ökologisch wirtschaftenden Betrieben und außerschulischen Lernorten sowie mit digitalen Informationsmaterialien für den Unterricht verfolgen die Schüler:innen gemeinsam mit ihren Lehrkräften den Weg ihres Schulessens. Im Fokus stehen folgende Stationen der regionalen Wertschöpfung: Erzeugender Bio-Betrieb, verarbeitender Bio-Betrieb, biokontrollierter Großhandel, biokontrollierter Catering-Betrieb, Entsorgungsbetrieb. Der Weg geht vom Feld zum Teller in der eigenen Schulkantine bis hin zum Entsorgungsbetrieb für Essensreste.

In den Jahren 2021 und 2022 bieten die Sarah Wiener Stiftung und RESTLOS GLÜCKLICH e. V. insgesamt 80 Tagesexkursionen für rund 2.000 Berliner Grundschulkinder aus unterschiedlichen Berliner Kiezen an. Exkursionsorte in 2021 waren z. B. das Ökodorf Brodowin, der ökologisch wirtschaftende Milchviehbetrieb Pöhl, die Bio-Bäckerei Märkisches Landbrot, der Bio-Großhändler Terra, das biokontrollierte Cateringunternehmen Greens



Unlimited und die Berliner Stadtreinigung BSR. In 2021 haben die Verbundpartnerinnen insgesamt 39 Tagesexkursionen zu acht Bio-Betrieben angeboten (davon 22 durchgeführt von der Sarah Wiener Stiftung). Teilgenommen haben insgesamt 786 Berliner Grundschulkinder und ca. 40 Lehrkräfte.

Um alle Stationen der Wertschöpfungskette erkunden zu können bzw. zur Vor- und Nachbereitung einer Exkursion, haben Sarah Wiener Stiftung und RESTLOS GLÜCKLICH e. V. digitale Informationsmaterialien für die Lehrkräfte der teilnehmenden Klassen erarbeitet. Für jede der fünf Stationen entlang der Wertschöpfungskette steht eine Unterrichtsidee zur Verfügung, die kostenfrei heruntergeladen und genutzt werden kann.

### Verbundpartner:innen & Förderung

Meinem Schulessen auf der Spur! ist ein Verbundprojekt von RESTLOS GLÜCKLICH e. V., der Sarah Wiener Stiftung und der Bio-Stadt Berlin, vertreten durch die Senatsverwaltung für Justiz, Verbraucherschutz und Antidiskriminierung (nach den Berliner Wahlen zum Abgeordnetenhaus im September 2021 Senatsverwaltung für Umwelt, Mobilität, Verbraucher- und Klimaschutz). Meinem Schulessen auf der Spur! trägt neben weiteren Initiativen zur Umsetzung der Berliner Ernährungsstrategie bei. Netzwerkpartner ist WO KOMMT DEIN ESSEN HER?

Gefördert wird Meinem Schulessen auf der Spur! durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestags im Rahmen des Bundesprogramm Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN). Weiterführende Informationen auf [www.sarah-wiener-stiftung.de/schulessen](http://www.sarah-wiener-stiftung.de/schulessen)



# 3. Finanzen





---

### Stiftungskapital

Das Stiftungskapital beträgt 253.500,00 Euro und konnte sowohl nominal wie auch real erhalten werden. Der Jahresabschluss 2021 weist nach Buchwert ein Finanzanlagevermögen von 517.197,66 Euro aus (Vorjahr 453.296,83 Euro). Die Anlage des Stiftungskapitals erfolgt nach Anlagerichtlinien, die Langfristigkeit, Sicherheit und Nachhaltigkeit des Investments festlegen. Die Bilanzsumme (Anlagevermögen und Umlaufvermögen) betrug zum 31.12.2021 1.941.767,57 Euro (Vorjahr: 719.292,60 Euro).

---



## Erträge

Die Stiftung konnte im Jahr 2021 Umsatzerlöse in Höhe von 2.442.926,38 Euro verzeichnen (Vorjahr: 2.463.852,71 Euro). Davon entfielen 2.317.300,04 Euro auf Erlöse des Zweckbetriebs. Es wurden 5.330,36 Euro an Spendengeldern eingenommen (Vorjahr: 5.622,45 Euro). Erträge aus Wertpapieren des Anlagevermögens betragen 6.582,33 Euro (Vorjahr: 6.680,28 Euro). Die Sonstigen betrieblichen Erträge belaufen sich insgesamt auf 447.245,29 Euro (Vorjahr: 231.227,94 Euro). Insgesamt wurden im Jahr 2021 Erträge in Höhe von 2.890.171,67 Euro erzielt (Vorjahr: 2.695.080,65 Euro). Die Stiftung erhielt 2021 folgende Zuwendungen aus EU-, Bundes- oder Landesmitteln:

- Die Projekte Vom Acker in den Mund! und Meinem Schulessen auf der Spur! werden durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN) gefördert.

Die Sarah Wiener Stiftung erhielt 2021 von folgenden juristischen Personen jährliche Zahlungen, die mehr als 10 Prozent des Gesamtbudgets ausmachen: BARMER.



---

## Aufwendungen

Die Gesamtaufwendungen in 2021 betragen insgesamt 2.448.586,73 Euro (Vorjahr: 2.668.289,83 Euro) davon 462.102,80 Euro Materialaufwand, 1.513.965,50 Euro Personalaufwand, 31.236,73 Euro Abschreibungen und 441.281,70 Euro sonstige betrieblichen Ausgaben.

---

---

## Ergebnis

Für das Jahr 2021 ergibt sich ein Jahresüberschuss von 396.462,22 Euro (Vorjahr: 26.577,96 Euro). Die Corona Pandemie und ihre Folgen haben dazu geführt, dass in 2021 geplante Kosten z.B. für Reisen, Veranstaltungen und Fortbildungen nicht angefallen sind. Diese werden allerdings in den Folgejahren anfallen, so dass es bei Einnahmen und Ausgaben zu Periodenverschiebungen kommt und die Rücklagen wieder abschmelzen. Die Rücklagen betragen zum Jahresende 789.233,80 Euro (Vorjahr: 377.021,88 Euro).

---

## 4. Ausblick auf das Jahr 2022



---

## Für das Jahr 2022 setzt sich die Sarah Wiener Stiftung folgende Aufgabenschwerpunkte:

- Erarbeitung eines stiftungsweiten Wirkungsmodells für die Sarah Wiener Stiftung
- Weiterentwicklung der Organisationsstruktur der Stiftung
- Weiterentwicklung des Fortbildungsangebots der Initiative Ich kann kochen! und Ausbau der Angebote für Eltern
- Neuausrichtung der Angebote am Lernort Bauernhof
- Überarbeitung der Website der Sarah Wiener Stiftung
- Sicherstellung und Diversifizierung der Stiftungsfinanzierung
- Umzug in ein neues Büro in der Chausseestraße 8, 10115 Berlin

Für den Vorstand der Sarah Wiener Stiftung:

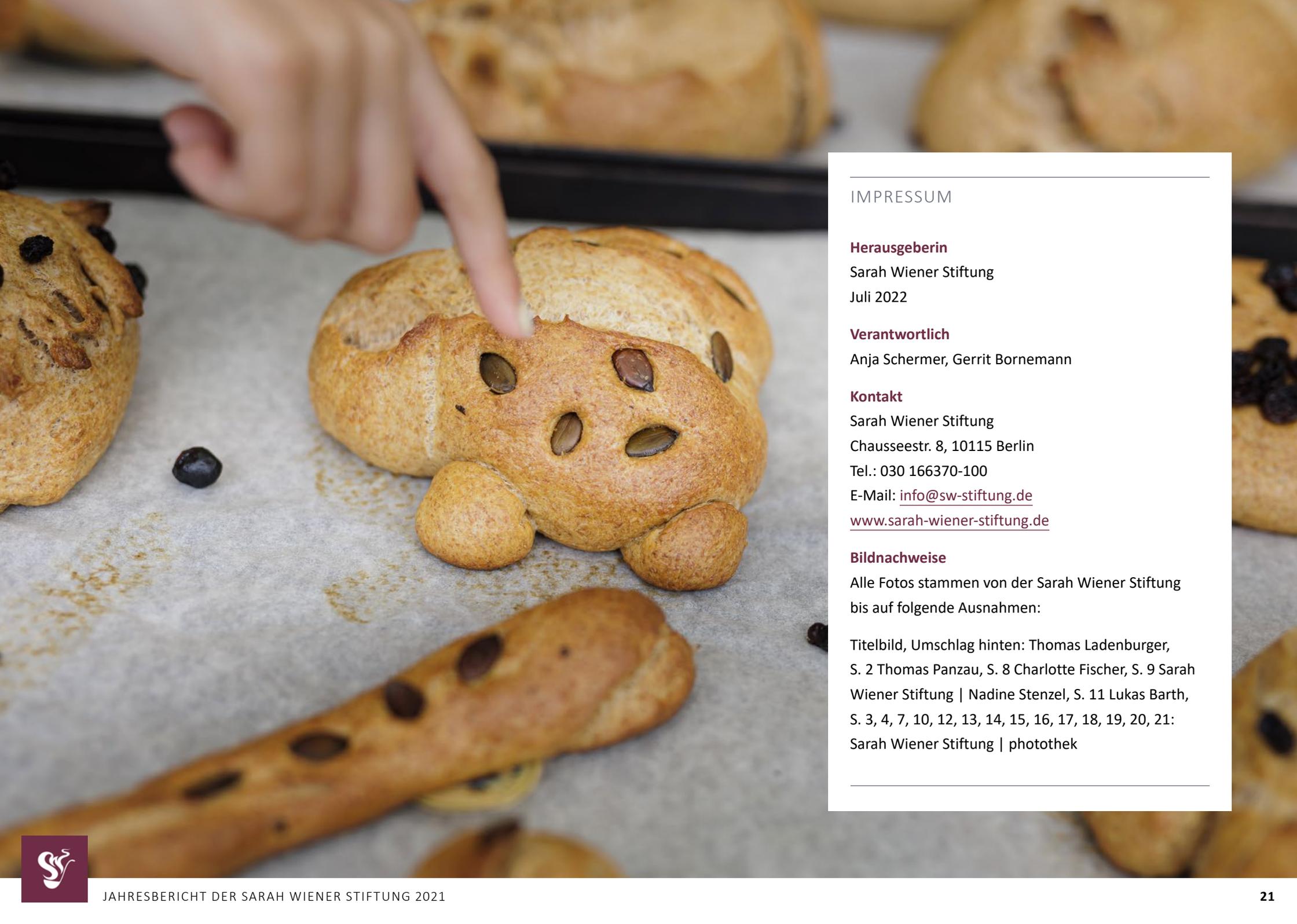


**Sarah Wiener**  
Vorstandsvorsitzende



**Jochen Beutgen**  
Stellv. Vorsitzender





---

## IMPRESSUM

### **Herausgeberin**

Sarah Wiener Stiftung

Juli 2022

### **Verantwortlich**

Anja Schermer, Gerrit Bornemann

### **Kontakt**

Sarah Wiener Stiftung

Chausseestr. 8, 10115 Berlin

Tel.: 030 166370-100

E-Mail: [info@sw-stiftung.de](mailto:info@sw-stiftung.de)

[www.sarah-wiener-stiftung.de](http://www.sarah-wiener-stiftung.de)

### **Bildnachweise**

Alle Fotos stammen von der Sarah Wiener Stiftung bis auf folgende Ausnahmen:

Titelbild, Umschlag hinten: Thomas Ladenburger,  
S. 2 Thomas Panzau, S. 8 Charlotte Fischer, S. 9 Sarah  
Wiener Stiftung | Nadine Stenzel, S. 11 Lukas Barth,  
S. 3, 4, 7, 10, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21:  
Sarah Wiener Stiftung | photothek

---



---

**Sarah Wiener Stiftung**

Chausseestraße 8

10115 Berlin

Tel.: 030 166370-100

E-Mail: [info@sw-stiftung.de](mailto:info@sw-stiftung.de)

---

[www.sarah-wiener-stiftung.de](http://www.sarah-wiener-stiftung.de)

[www.ichkannkochen.de](http://www.ichkannkochen.de)

[www.familienkueche.de](http://www.familienkueche.de)

