

ÜBER MICH

Posted on 29. September 2017 by cookieundco





Hallo und herzlich Willkommen,

schön das Du da bist und auf meinen Blog gefunden hast. Stöbere in Ruhe durch meine Rezepte und schreibe mir gerne, wenn Du Fragen dazu hast. Du bist auch herzlich eingeladen, meiner [Facebook-Gruppe](#) beizutreten und Dich mit mir und den anderen Mitgliedern auszutauschen.

Was kann ich über mich sagen und was möchtest Du vielleicht gerne wissen?!

In der Küche zu experimentieren und Rezepte zu entwickeln macht mir riesigen Spaß, schon als Kind habe ich gerne in der Küche alles mögliche ausprobiert (inklusive Chaos... ;-)). Dabei kann ich vom Alltag abschalten und entspannen.

Da ich außerdem bisher selten mit einem Rezept *so richtig* zufrieden war, habe ich mich irgendwann dazu entschlossen, meinen eigenen Food-Blog zu gründen. Zum einen, um mir selbst meine Rezepte in vernünftiger Form aufzuschreiben (Die "Zettelwirtschaft" war wirklich furchtbar :-D .) und zum anderen, um sie mit Euch, meiner Familie und mit meinen Freunden zu teilen.

Da ich übrigens beruflich aus dem ernährungswissenschaftlichen Bereich komme, rutscht auch mal das eine oder andere gesunde Rezept dazwischen ;-). Außerdem möchte ich meine Leser dazu ermutigen vieles selbst zu machen, Spaß am kochen und backen zu haben kochen und auf Fertigprodukte zu verzichten.

Ich backe seit längerer Zeit unser gesamtes Brot, Brötchen und Gebäck selbst. Generell versuche ich möglichst viel selber zu machen. Mir ist es sehr wichtig, möglichst wenig Zusatzstoffe und Konservierungsstoffe in unserem Essen zu haben. Gerade bei Brot, Brötchen und Gebäck werden heutzutage sehr viele Zusatzstoffe verwendet, die nicht deklariert werden müssen und die Zahl der Unverträglichkeiten steigt.

Im Familienalltag mit Kindern muss es aber auch oftmals schnell gehen, unkompliziert und praktisch sein. Ich bin nämlich stolze Mama von Zwillingen, genauer gesagt von zwei sehr lebendigen Rabauken. Aber selbstverständlich soll alles trotzdem lecker schmecken und ein große Prise Liebe darf natürlich auch nicht fehlen!

Ich freue mich, wenn Du bei meinen Rezepten Lust zum kochen und backen bekommst und ganz besonders freue ich mich über Kommentare und dein Feedback.

Ich wünsche Dir viel Spaß beim ausprobieren und gutes Gelingen...

Sonja

Möchtest Du noch mehr über mich erfahren? Dann kannst hier ein Interview mit mir lesen bei [German Food Blogs](#). :)