Kitas und Krabbelstuben der Diakonie erhalten Getreidequetschen von Lindnerfood

Körner selbst zu Flocken verarbeiten

An einer Kurbel drehen und beobachten wie aus Getreidekörnern weiche Flocken werden – das können Kinder in den Kitas der Diakonie Frankfurt und Offenbach ab August.

In mehr als 60 evangelischen Kitas und Krabbelstuben stehen dann Getreidequetschen, die der Lebensmittelhändler Lindnerfood in den nächsten Tagen an die Diakonie übergibt.



Eine neue Welt entdecken

„Getreide selbst zu quetschen macht den Kindern großen Spaß, sie entdecken eine ganz neue Welt, denn zuvor kannten die meisten nur fertig abgepackte Flocken," sagt Miriam Mansour, die als Ökotrophologin in den Kitas der Diakonie in Frankfurt und Offenbach arbeitet. Sie freut sich über die gesunde Alternative, denn häufig

bestehe das Frühstück von Kindern aus zu viel Zucker, der sich im fertig abgepackten Müsli versteckt.

Kinder bleiben fit über den Vormittag
„Gerade ein ausgewogenes und langanhaltend sättigendes Frühstück ist wichtig, um die Kinder über den Vormittag fit zu halten“, sagt Kim Woldter, Arbeitsbereichsleiterin der Diakonie. Gemeinsam mit Miriam Mansour und Diana Matic, Leiterin der Krabbelstube Aaron, nahm sie Ende Juli die erste Getreidequetsche aus den Händen von Geschäftsführer Stefan Lindner und Gastroleiter Reinhold Seuring entgegen. Die restlichen 59 Flockenquetschen werden in den nächsten Tagen den Einrichtungen übergeben.

Gesunde Ernährung bereits in der Krabbelstube
„Wir beliefern die Kindereinrichtungen der Diakonie mit unseren frischen Produkten und sind gerne der Idee nachgekommen, die Getreidequetschen kostenlos zur Verfügung zu stellen, um die gesunde Ernährung bereits in den Krabbelstuben und Kitas zu fördern“, sagt Stefan Lindner von der Geschäftsführung des Frankfurter Familienunternehmens Lindnerfood.

Eine Schale voller Vitamine
Nicht nur beim Frühstück, das in den meisten der 69 Kitas und Krabbelstuben der Diakonie in Frankfurt und Offenbach gemeinsam eingenommen wird, sind frisch gequetschte Körner von Vorteil. Sie eignen sich auch angeröstet als knusprige Toppings auf herzhaften Mahlzeiten, als Zutat für vegetarische Frikadellen beim Mittagessen oder für selbstgemachte Müsliriegel. Zum Brotbacken, Waffeln- oder Kuchenbacken sind frisch gemahlene Körner ebenfalls eine gesunde und nahrhafte Alternative zum fertiggemahlenen Mehl aus der Tüte.
„Getreide ist reich an Ballaststoffen und damit eine gute Energiequelle, es enthält hochwertiges Protein, Vitamine (vor allem B-Vitamine) und Mineralstoffe“, zählt Miriam Mansour auf. Und: Besonders in der Schale sitzen die wertvollen Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe, beim Quetschen wird das gesamte Korn samt Schale und Keimling verarbeitet.