



NACHHALTIGE KÜCHE  
FÜR KINDER UND ELTERN

✉ [littlepotbigpot@gmail.com](mailto:littlepotbigpot@gmail.com)

☎ + 43 - 680 - 3002341

🏠 Envicient KG, Zieglergasse 69 / Haus 3, A-1070, Wien

📷 @littlepotbigpot

# LITTLE POT, BIG POT

Little Pot, Big Pot ist ein Treffen von Kindern und ihren Eltern, wo wir mit den Kindern kochen und sie damit in ihrer Entwicklung bestärken. Die Küche ist eine wunderbare Umgebung, in der Kinder Selbstständigkeit, Kooperation, Effizienz, sowie Liebe und Respekt ihrer Umwelt gegenüber lernen können. Mit saisonalen Zutaten bereiten die Kinder gemeinsam mit den Erwachsenen Speisen zu.



Bis zu 5 Kinder können an einem Workshop teilnehmen. Jedes Kind sollte maximal 2 Erwachsene (Eltern, Großeltern, Erziehungsberechtigte) mitbringen. Die Kochmethoden und Vorgänge in der Küche werden an das Alter der Kinder angepasst, wir benutzen kindergerechte Kochutensilien. Sagen sie uns deshalb bitte, wie alt Ihr Kind ist!

**DAS ERLEBNIS** Jeder Workshop in unserem Kochatelier wird einzigartig sein, wir bauen auf den Fähigkeiten der Kinder auf. Hat ein Kind bereits einmal einen Workshop bei uns besucht, so nutzen wir diese Erfahrung und zeigen beim nächsten Mal neue Kochmethoden und Rezepte. Das gilt natürlich auch für die Erwachsenen! Der Workshop beinhaltet Snacks und das Mittagessen, welches die Gruppe zubereitet. Die Getränke sind ebenfalls inkludiert und gehen aufs Haus. Je nach Gruppe wird auch ein kleines Abendessen zubereitet, das mitgenommen werden kann. In den wärmeren Monaten öffnen wir unseren Vorgarten, wo wir grillen können. Ein kleiner Brunnen lädt die Kinder in den Pausen zum Spielen ein, es gibt auch Spielsachen und Musikinstrumente.

**REGIONALITÄT** Die Rezepte legen ihren Schwerpunkt auf Saisonalität und Regionalität der Zutaten. Unsere Küche ist sehr vielseitig, es gibt Themen wie Spanische Küche oder Südasiatische Küche. Selbst hier achten wir auf die Verwendung von regionalen und biologisch hergestellten Zutaten. Wir glauben an eine globale Denkweise durch lokales Handeln.

**NACHHALTIGKEIT** Wir legen einen weiteren Schwerpunkt auf die Reduktion und Vermeidung von Lebensmittelabfällen. Dazu bieten wir Ideen zum Einkaufen an und zeigen die Verwendung von Zutaten, die sonst weggeworfen werden. Zum Beispiel bereiten wir eine feine Suppe aus Karottenschalen oder einen köstlichen French Toast aus hartem Brot zu.



## ÜBER DIE MODERATORIN

Ich heiße Ann Marie Manhart. Aufgewachsen bin ich im Norden der Philippinen, wo ich in der Küche des Restaurants meiner Großmutter bereits sehr früh mit dem Kochen begonnen habe. Ich habe Austern gegessen, bevor ich sprechen konnte und mit Tontöpfen auf einem kleinen Herd gekocht, bevor ich lesen konnte. Montessori-Kindergarten und Volksschule haben mir dabei geholfen, Selbstständigkeit und Kreativität zu entwickeln.

Bereits als Jugendliche schickten mich meine Eltern nach New York, um eine Kochschule zu besuchen. Danach habe ich 8 Jahre lang an einer Hotelfachschule in Manila Küchenchefs ausgebildet, in Restaurants gearbeitet, einen Abschluss an einer Wirtschaftsuniversität gemacht, in einer internationalen Jugendorganisation mit Kindern gearbeitet, mein Masterstudium in Environmental Technology an der TU Wien abgeschlossen und mehrere Firmen gegründet. In Wien arbeite ich an Projekten mit meiner Firma Envicient, die ich im Jahr 2013 gegründet habe. Am glücklichsten bin ich aber wenn ich jeden Tag kochen kann. Rafa, unser kleiner Sohn, hat ebenfalls bereits sehr früh Gefallen am Kochen und an gutem Essen gefunden. Wir freuen uns darauf, Ihnen zu zeigen, was in unserer Küche so alles passiert!

BUNDESMINISTERIUM  
FÜR NACHHALTIGKEIT  
UND TOURISMUS



### TERMINE

immer am **Samstag**. Bitte kontaktieren Sie uns für die genauen Termine und für weitere Informationen. Mehr Information auf der Rückseite.