



Avocado-Brei mit Kartoffel



vegetarisch

ab 5. Monat

Zutaten

- 1 Avocado
- 400 g Kartoffeln

So bereitest du den Avocado-Kartoffel-Brei zu:

1. Schäle die Kartoffeln, schneide sie in kleine Stücke und bringe sie knapp bedeckt mit Wasser zum Kochen.
2. Öffne in der Zwischenzeit die Avocado und entferne den Kern. Löse das Fruchtfleisch heraus.
3. Wenn die Kartoffeln bissfest gekocht sind, nimmst du sie von der Herdplatte, fügst die Avocado hinzu und pürierst beides zu einem feinen Babybrei.
4. Ich empfehle dir noch ein gekochtes Ei kleingeschnitten oder zerdrückt unterzurühren.

Eine Portion Avocado-Brei mit Kartoffeln kannst du sofort verfüttern und die zweite Portion für den nächsten Tag in den Kühlschrank stellen.

Aufgrund des hohen Fettgehaltes der Avocado, ist bei diesem Babybrei eine zusätzliche Zugabe von Rapsöl nicht notwendig.

Unsere Empfehlung für Dich:



breirezept.de
BABY, BREI UND FINGERFOOD

Ein Rezept von Breirezept.de

© Jenny Böhme

<https://www.breirezept.de>

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

The image shows a promotional banner for a book titled 'Backen für kleine Hände'. On the left, there are three circular images of different baked goods: a stack of pancakes, a bowl of muffins, and a bowl of bread rolls. On the right is the book cover, which features a collage of various breads and pastries. The text on the banner includes the title 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE', the subtitle 'MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER', and a button that says '» ZUM SHOP'.

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop/>