



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:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE
MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

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