# Babybrei mit Rosenkohl, Kartoffel und Hähnchen

*glutenfrei*
*ab 9. Monat*

## Zutaten

- 350 g Rosenkohl (geputzt, entspricht etwa 400 g ungeputztem Gemüse)
- 180 g Kartoffeln
- 100 g Hähnchenbrust
- 1/2 Apfel
- Rapsöl oder ein anderes Beikostöl

## Babybrei mit Rosenkohl kochen - so geht's:

1. Putze den Rosenkohl. Entferne die welken Blättchen und den Strunk. Schneide die Röschen in Viertel.
2. Schäle die Kartoffel und schneide sie in Stücke.
3. Schneide die Hähnchenbrust in kleine Stücke.
4. Schäle den Apfel und würfel ihn klein.
5. Gib den Rosenkohl mit den Kartoffeln, dem Hähnchen und den Apfelwürfeln hinein. Fülle soviel Wasser auf, dass alles schwach bedeckt ist. Lass die Gemüse-Hähnchen-Mischung bei angekipptem Deckel 20 Minuten köcheln.
6. Anschließend kannst du die Rosenkohl-Mischung fein zu Brei pürieren oder je nach Alter deines Kinder nur leicht zerdrücken. Du kannst das Gericht aber auch als breifreie Beikost im Ganzen servieren.
7. Rühre vor dem Servieren unter jede Portion einen Esslöffel Rapsöl oder ein anderes gutes Beikostöl.

**Unsere Empfehlung für Dich:**

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