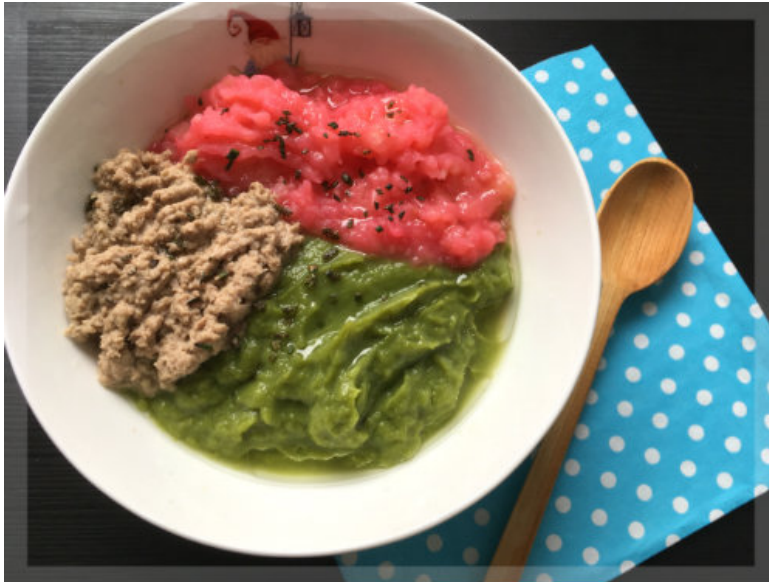




## Bohnenbrei mit Lamm für das Baby



### Zutaten

- 1 Pck grüne Bohnen (ca. 450g); Prinzess- oder Brechbohnen (z.B. Naturkind Bioqualität)
- 2 Bio-Lammfilets (ca. 150g)
- 3-4 kleine Kartoffeln (ca. 150g)
- Beikostöl

Koche die Bohnen in etwas Wasser für ca. 8 Minuten, bis bissfest aber noch schön grün sind. (Achtung, das Wasser nicht wegschütten!)

Püriere die Bohnen zusammen mit dem Kochwasser und streiche das dabei entstehende Bohnenpüree durch ein feines Sieb. Dies hilft dabei die Bohnenhaut und eventuelle "Fäden" zurückzuhalten. Entsorge die festen Reste, die im Sieb zurückgeblieben sind und stelle das relativ dünnflüssige Bohnenmuss zur Seite.

Schneide die Lammfilets in kleine Stücke und koche diese in wenig Wasser. Nach ca. 6-8 Minuten kannst Du sie ebenfalls pürieren.

Schäle die Kartoffeln nicht und bereite sie als Pellkartoffeln zu, wenn du farbige Kartoffeln nutzt. So bleibt die Farbe erhalten. Wenn du normale Kartoffeln nutzt, dann kannst du diese auch in kleine Stücke schneiden und so die Kochzeit reduzieren.

Zerdrücke die gekochten Kartoffeln mit einer Kartoffelquetsche und verrühre Sie mit etwas abgekochtem Wasser zu Brei. Hinweis: Bei Kindern ab 9 Monaten reicht es, wenn Du die



Kartoffeln mit einer Gabel zerdrückst.

Vermische für 1 Portion Mittagsbrei von 200g: 100g Bohnenpüree, 60g Kartoffelpüree und 40g Lammbrei und 1 TL Beikostöl.

### Unsere Empfehlung für Dich:

The advertisement features a light green background. On the left, the text reads 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' in a bold, dark font, followed by 'MUFFINS, SNACKS, BROT &amp; BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER' in a smaller font. Below this is a red button with a white arrow and the text 'ZUM SHOP'. To the right of the text are three circular images showing various baked goods: a stack of muffins, a small round cake, and a bowl of snacks. On the far right is a vertical image of the book cover, which has a purple and white design and shows a hand holding a small bread roll.

erhältlich unter

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