



Fruchtiger Frischkäse



vegetarisch

ab 10. Monat

Friskäse mit frischem Obst eignet sich als Brotaufstrich bereits für das Baby ab dem 10. Monat. Das Rezept schmeckt aber auch größeren Kindern sehr gut

Im Alter von etwa 10 Monaten beginnt sich das Baby für festes Essen zu interessieren und das ist auch der Zeitpunkt, zu dem die meisten Eltern die Morgenmilch gegen ein festes [Frühstück](#) austauschen. Oft stellt sich dann die Frage, was es denn als Frühstück geben soll. Ein Brotaufstrich den ihr für euer Baby oder Kind ganz einfach und schnell selber machen könnt, ist ein fruchtiger Friskäse ohne zugesetzten Zucker.

Alles was ihr dafür braucht ist Friskäse und reifes Obst. Beim Friskäse solltet ihr darauf achten, dass er keine Zusatzstoffe enthält. In Maßen eignet sich Friskäse übrigens für das Baby etwa ab dem 10. Lebensmonat. Schaut euch mal die Friskäsesorten im Supermarkt genau an – im Idealfall findet ihr einen Friskäse (Doppelrahmstufe) ohne Salz. Passend dazu empfehlen wir euch auch unser [Brot ohne Salz für Babys](#).

- 100 g reiner Friskäse
- • frisches Obst, wie bspw. 1 Pfirsich, 1 Banane, 1 reife Birne 1 Hand voll süßer Beeren

So bereitest du den Fruchtigen Friskäse zu:



Für den fruchtigen Frischkäse nehmt ihr 100 g Frischkäse und etwas frisches Obst, wie beispielsweise einen reifen Pfirsich. Gebt beides in eine Schüssel und püriert es mit eurem Pürierstab, so dass eine cremige Masse entsteht. Abgefüllt in eine kleinen Breibecker hält sich der süße Frischkäse für etwa 3 Tage im Kühlschrank.



Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP



erhältlich unter

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

Der süße Toastbrot-Bär ist übrigens entstanden, als unsere Maus schon ein gutes Jahr alt war. Eigentlich eignen sich für die ersten Brotversuche bei Baby und Kleinkind eher in Würfel geschnittenes Brot, aber wenn man (Kind) 2 große Brüder hat, dann möchte man auch eine ganze Toastscheibe und wehe dem sie wird geschnitten ;-)



Viel Spaß beim Ausprobieren, ich bin gespannt was dein Nachwuchs zum Fruchtigen Frischkäse „sagt“.