



## Fruchtiger Möhren-Kartoffel-Brei mit Apfel



*vegetarisch*

*glutenfrei*

*ab 5. Monat*

### Zutaten

- 500 g Möhren
- 250 g Kartoffel
- 100 g Apfel
- 250 ml Wasser

### Zubereitung:

1. Schäle die Kartoffeln und Möhren. Schneide sie in kleine Stückchen. Gib sie in einen Topf und bedecke sie knapp mit Wasser. Bring sie zum Kochen.
2. Schäle den Apfel, befreie ihn vom Kerngehäuse und schneide ihn klein. Gib die Apfelwürfel nach 10 Minuten Kochzeit mit in den Topf. Lass sie für weitere 5 Minuten mit kochen.
3. Püriere den Möhren Kartoffel-Brei mit Apfel zu einem feinen Babybrei. Eine Portion kannst du frisch servieren und den Rest auf Vorrat einfrieren.
4. Rühre unter jede Portion Möhren-Kartoffelbrei vor dem Verfüttern einen Esslöffel Rapsöl.

### 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 book cover features a collage of photos showing hands holding and preparing various baked items like muffins, bread, and pastries. The title 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' is prominently displayed at the top.

erhältlich unter

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