



Gemüse-Kartoffel-Brei



vegetarisch

ab 5. Monat

Zutaten

- 120 g Gemüse nach Wahl
- 60 g Kartoffel

Schält das Gemüse eurer Wahl und die Kartoffeln und schneidet alles in kleine Stücke.

Dann gebt ihr es in einen kleinen Topf und bringt es knapp bedeckt mit Wasser zum Kochen.

Bei geschlossenem Deckel lasst ihr es nun auf kleiner Stufe solange köcheln, bis es weich ist. Ihr solltet es aber nur solange wie nötig kochen, da sonst zu viele Vitamine zerstört werden.

Nehmt euch dann einen guten [Pürierstab](#) und püriert das Gemüse und die Kartoffel samt der Kochflüssigkeit zu einem feinen Gemüse-Kartoffelbrei.

Vor dem Verzehr fügt ihr dem Brei noch einen Teelöffel Rapsöl zu. Warum [Öl im Babybrei wichtig](#) ist, könnt ihr bei uns auch nachlesen.

Guten Appetit!

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 image shows a promotional banner for a book titled 'Backen für kleine Hände'. On the left, there are three circular images of different baked goods: a stack of pancakes, a bowl of bread rolls, and a bowl of muffins. On the right is the book cover, which features a collage of various breads and pastries. The text on the banner includes the title 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE', the subtitle 'MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER', and a button that says '» ZUM SHOP'.

erhältlich unter

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