



Gemüse-Pommes aus der Heißluftfritteuse

vegetarisch
ab 6. Monat

Zutaten

- 100 g Möhre
- 150 g Kartoffeln
- 200 g Süßkartoffeln
- 150 g Zucchini
- 2 EL Rapsöl



Zubereitung:

1. Schäle die Möhren, Kartoffeln, Süßkartoffeln und Zucchini. Schneide sie in gleichgroße Sticks. Dafür kannst du ein Messer oder einen Wellenschneider nutzen.
2. Gib die Gemüse-Pommes in eine Schüssel und verrühre sie mit dem Rapsöl.
3. Fülle sie in den Korb deines Airfryers und backe sie für 20 Minuten bei 180 Grad.

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

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