



## Hokkaido-Kartoffel-Brei mit Orangensaft



*vegetarisch*

*glutenfrei*

*ab 5. Monat*

Unser Kürbisbrei mit Hokkaido und Kartoffeln eignet sich bereits für ganz kleine Babys, die ihre erste Erfahrung mit Gemüsebrei gemacht haben. Das Rezept für den Kürbisbrei ergibt etwa 8 Portionen.

- 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 1000 g)
- 500 g Kartoffel
- 300 ml Wasser
- 3 EL Orangensaft

Schält die Kartoffeln, schneidet sie klein und gebt sie in einen Topf.

Dann wascht ihr den Kürbis gründlich, befreit ihn vom Kerngehäuse und schneidet ihn in kleine Würfel.

Gebt die Kürbiswürfel in den Topf zu den Kartoffeln und lasst sie bedeckt mit Wasser aufkochen. Alles zusammen sollte nun etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Anschließend fügt ihr den Orangensaft zu und püriert die Masse fein zu Babybrei.

Lasst den Kürbisbrei nun abkühlen, serviert eine Portion frisch und friert den restlichen Babybrei portionsweise ein.

Vor Verzehr solltet ihr jeder Portion einen Teelöffel Rapsöl untermischen.

**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'. Below this is a red button with a white arrow and the text 'ZUM SHOP'. To the right, there are three circular images showing various baked goods: a stack of muffins, a small round cake, and a bowl of snacks. Further right is a book cover for 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' by Jenny Böhme, which shows a hand holding a small round cake.

erhältlich unter

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

[Kürbis](#) ist das optimale Gemüse für Babybrei im Herbst. Hier findet ihr weitere [Kürbisrezepte für das Baby](#).

Besonders gut eignet sich für Babys die Kürbissorte Hokkaido, da sie sehr wenige Fasern enthält. Ein weiterer Vorteil des Hokkaido-Kürbisses ist, dass ihr ihn mit Schale kochen könnt. Ich habe ihn anfangs dennoch meist grob für unseren Babybrei geschält.

ANZEIGE