



Kürbis-Nudel-Brei



vegetarisch

ab 7. Monat

Schnelles und einfaches Rezept für Nudeln mit Kürbissauce als Beikost für Breifrei-Babys oder als Nudel-Kürbisbrei mit Kokosmilch ab dem 7.Monat

Das Rezept für unseren Kürbis-Nudel-Brei ist durch Zufall entstanden, als wir die Nudeln mit Kürbissauce vom Familientisch für unser kleines Mäuschen püriert haben. Der Kürbis-Nudel-Brei eignet sich prima als Abwechslung im Babybrei zur Kartoffel. Als weitere Zutat enthält der Brei neben den Nudeln und dem Hokkaido-Kürbis Kokosmilch, die sich bedenkenlos in diesen kleinen Mengen auch schon für Babys eignet und ihren Geschmackssinn trainiert.

Für Breifrei Babys wird die Sauce einfach separat gekocht und dann mit den gekochten Nudeln gemischt, ohne dass dafür der Pürierstab zum Einsatz kommt.

- **Ergibt 6 Portionen**
- 800 g Hokkaido-Kürbis
- 1/2 Dose Kokosmilch
- 1/2 Zwiebel
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 400 g Nudeln
- etwas Orangensaft

Das schöne am Hokkaido-Kürbis ist dass ihr ihn nicht schälen müsst. Ich spüle ihn immer gut ab und schneide ihn dann in kleine Stücke. Wenn der Kürbis sehr groß ist, könnt ihr ihn auch im Ganzen für 15 bei 160°C in den Backofen geben – dann wird die Schale weich und er lässt sich einfacher schneiden.

Zwiebel und Knoblauch geben der Kürbissauce für euren Babybrei einen feinen Geschmack



und enthalten wertvolle Nährstoffe. Babys können Zwiebel und Knoblauch in Maßen essen ohne dass ihr euch Sorgen machen müsst. Schält also diese beiden Zutaten und schneidet sie in kleine Würfel.

Nun gebt ihr etwas Öl oder Butterschmalz in einen Topf und bratet die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig an. Gebt dann eure Kürbiswürfel und soviel Wasser dazu, dass alles gut bedeckt ist. Der Kürbisbrei soll nun für etwa 10 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln.

In der Zwischenzeit kocht ihr die Nudeln weich und gießt sie dann ab.

Wenn euer Kürbisbrei weich ist, nehmt ihr euch euren Pürierstab, gebt die Kokosmilch sowie die Nudeln dazu und püriert alles zu einem feinen Babybrei. Wenn euch die Konsistenz zu zäh ist, dann könnt ihr einfach noch mehr Wasser dazufügen. Außerdem empfehle ich euch am Ende einen kleinen Schluck Orangensaft unterzurühren oder etwas Obstmark als Nachtisch anzubieten.

Unsere Empfehlung für Dich:



erhältlich unter

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