



Kürbissuppe (nicht nur) für's Baby

Zutaten

- 250 g Hokkaidokürbis
- 100 g Kartoffeln
- 200 g Apfel
- 30 g Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 400 ml Wasser
- 200 ml Kokosmilch



Zubereitung:

1. Wasche den Kürbis und schneide ihn in Würfel. Schäle den Apfel und die Zwiebel. Schneide ebenfalls beide klein.
2. Erhitze das Olivenöl in einem Topf. Dünste die Zwiebelwürfel glasig an. Gib die Kürbis- und die Apfelwürfel hinzu. Dünste sie für ca. 3 Minuten mit an.
3. Gieße das Wasser und die Kokosmilch dazu und koche die Kürbissuppe 10 Minuten bei schwacher Hitze. Püriere sie anschließend fein.

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP



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