



## Meloneneis



ab 5. Monat

**Eis für das Baby selber machen. Ob Melone tiefgekühlt am Stiel oder Wassereis aus Fruchtsaft: Babys dürfen Eis lecken. Das hilft auch gut beim Zahnen**

Richtiges Eis ist für Babys noch nicht geeignet, da es in der Regel Zucker und Sahne enthält, auf die im 1. Lebensjahr weitgehend verzichtet werden sollte. Mit dem 1. Geburtstag ist dann alles erlaubt. Wer aber in einem heißen Sommer vorher nicht auf die kühle Leckerei verzichten möchte, der kann ganz einfach ein gesundes Meloneneis für das Baby zaubern. Unsere kleine Maus ist davon ganz begeistert, da es auch schön kühl auf der Zahnleiste ist und die Schmerzen der durchbrechenden Zähnchen lindert.

- 1 große Wassermelone
- [Eisstäbchen\\*](#)

Nehmt euch die Melone und schneidet sie in dicke Scheiben. Dann schneidet ihr die Scheibe in Achtel. Mit einem Messer macht ihr einen kleinen Schlitz in die Schale, durch die ihr dann das Holzstäbchen steckt. Nun legt ihr alle Melonenachtel auf eine kleine Platte und stellt sie für mindestens 6 Stunden in den Gefrierschrank.



Alternativ könnt ihr auch etwas Wassermelone pur oder gemischt mit Erdbeeren oder anderen Früchten pürieren und dann in [Mini-Eisformen\\*](#) füllen. So habt ihr ein süßes kleines Wassereis für Kinderhände.

### Unsere Empfehlung für Dich:

**BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE**

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN  
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP



erhältlich unter

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



---

Ihr sucht noch mehr erfrischende Ideen? Dann probiert doch mal unsere [Melonentorte](#) oder einen köstlichen [Melonensmoothie](#).

Auch sehr lecker:

[Selbstgemachtes Wassereis für die ganze Familie](#)

[Bananeneis ohne Zucker](#)