



Nudeln mit Gemüse-Käsesosse

vegetarisch
ab 10. Monat



Zutaten

- 1 große Möhre
- 1 kleine Zucchini
- 6 Cocktailtomaten
- 2 TL Frischkäse
- 150 g Nudeln (z.B. Bauernhofnudel von Alnatura oder [Gemüsenudeln von Freche Freunde*](#)) oder selbstgemachte Spätzle

Zubereitung der Nudeln mit Gemüse-Käsesosse

1. Schäle die Möhren, wasche die Zucchini und hobel beides in Stifte. Wasche auch die Cocktailtomaten und schneide sie in Würfel.
2. Anschließend dünstest du die Möhren und die Zucchini mit etwas Olivenöl oder Butter in einem Topf für etwa 5 Minuten an, gießt etwas Wasser dazu und lässt das Gemüse mit geschlossenem Deckel auf kleiner Flamme 10 Minuten köcheln.
3. Gieße dann eventuell etwas Wasser nach, gib die Tomaten und den Frischkäse dazu und köchle alles für weitere 5 Minuten bis der Käse geschmolzen ist und die restlichen Zutaten gar sind.
4. Die Nudeln kochst du (je nach Alter des Kindes ggf. in Salzwasser) 10 Minuten weich, gießt sie ab und serviert sie dann mit der leckeren Gemüse-Käsesosse.

Guten Appetit!

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

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