



Rezepte > Andere

Babybrei mit Hähnchen, Kohlrabi und Kartoffeln

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Kohlrabi	100 g
Kartoffeln, mehligkochend	50 g
Hähnchenbrustfilets	20 g
Rapsöl	1 EL
Orangensaft	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Kohlrabi schälen und in kleine Würfel schneiden. Kartoffel schälen, waschen und klein würfeln. Hähnchen waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden.
2. In den Mixtopf etwa 500 ml Wasser geben. Im Dampfgaraufsatz Kartoffeln, Fleisch und Gemüse Dampfgarstufe/25 Min. weich garen.
3. Anschließend Garflüssigkeit umfüllen. Im Mixtopf alles zusammen mit Öl, Orangensaft und 40 ml Garflüssigkeit fein pürieren. Babybrei mit Hähnchen, Kohlrabi und Kartoffeln umfüllen, abkühlen lassen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	183 kcal
Kohlenhydrate	16 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	11 g