



Rezepte > Andere

Babybrei mit Süßkartoffel, Pastinake und Apfel

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Pastinaken	50 g
Süßkartoffeln	100 g
Äpfel, rot	50 g
Rapsöl	1 EL
Orangensaft	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Pastinake schälen, Enden entfernen und in kleine Würfel schneiden. Süßkartoffeln schälen, waschen und klein würfeln. Apfel schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und ebenfalls klein würfeln.
2. In den Mixtopf etwa 500 ml Wasser geben. Im Dampfaraufsatz Süßkartoffeln und Pastinake auf der Dampfgarstufe 25 Min. weich garen.
3. Anschließend Garflüssigkeit umfüllen. Im Mixtopf Gemüse mit Öl, Orangensaft und 40 ml Garflüssigkeit fein pürieren. Babybrei mit Süßkartoffel, Pastinake und Apfel abkühlen lassen, umfüllen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	244 kcal
Kohlenhydrate	40 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	9 g