

Fisch-Tomaten-Risotto für Babys

Ein ganz einfaches Rezept, um Fisch-Tomaten-Risotto für Babys zuzubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 35 min

Gesamtzeit: 55 min



Zutaten

2 Stk.	Fischfilets (nach Belieben)
6 EL	Risottoreis
2 Stk.	Tomaten
100 ml	Milch
1 EL	Butter
2 Stk.	Basilikumblätter
Nach Belieben	Suppe (zum Aufgießen)

Zubereitung

1. Für das Fisch-Tomaten-Risotto für Babys die Tomaten am Stielansatz kreuzweise einschneiden, mit heißem Wasser überbrühen und mit einem scharfen Messer die Haut abziehen. In kleine Würfel schneiden und dabei die Kerne entfernen.
2. Butter in einem Topf zerlassen und den Reis in der heißen Butter glasig dünsten. Tomatenwürfel untermischen. Mit einer kleinen Kelle Suppe aufgießen und umrühren. Wenn die Flüssigkeit verkocht ist, wieder eine Kelle Suppe hinzufügen. So fortfahren, bis der Reis körnig-weich gekocht ist.
3. Falls nötig, die Fischfilets entgräten. Etwas Milch in einen Topf geben und erwärmen. Die

Fischfilets hineinlegen und in der heißen Milch garen lassen. Fisch herausnehmen, zerpfücken und mit dem Risotto vermengen. Basilikum waschen, fein hacken, das Risotto damit würzen und servieren.

Tipp

Das Fisch-Tomaten-Risotto für Babys ist ab dem 9. Monat geeignet.