Karotten-Erdäpfel-Brei

Der Karotten-Erdäpfel-Brei einfach selber machen: Mit diesem Rezept gelingt es auf jeden Fall.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

2 Stk.	Karotten
1 Stk.	Erdapfel
4 Tropfen	Rapsöl

Zubereitung

1. Der **Karotten-Erdäpfel-Brei** ist eine vollwertige, erste Beikost. Zu Anfang Karotten und Erdapfel schälen, um diese in kleine Würfel zu zerschneiden.

2. Das Gemüse in einen Topf geben und mit sehr wenig Wasser erhitzen. Bei geringer Hitze gar kochen.

3. Den Brei mit dem Stabmixer pürieren. Einige Tropfen Rapsöl unterrühren. Bevor das Kind den Brei bekommt, die Temperatur überprüfen.

Tipp

Zum Karotten-Erdäpfel-Brei ungesüßten Tee oder stilles Wasser geben.