



Schneller Kaiser-Reis-Brei

- 750 g tiefgekühltes Kaisergemüse (Möhre, Brokkoli, Blumenkohl)
- 200 g Risotto-Reis
- 300 ml Wasser

Zuerst den Reis mit dem Wasser zum Kochen bringen. Dann das tiefgefrorene Gemüse zugeben und alles zusammen zugedeckt ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen. Ab und zu umrühren damit der Reis nicht anbrennt. Anschließend fein pürieren und dabei nach Bedarf noch Flüssigkeit zugeben. Abkühlen lassen und Babybrei portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen einen TL Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Bekömmlicher Blumenkohl-Kartoffel-Brei

- 1000 g Blumenkohl
- 500 g Kartoffel
- 300 ml ungesüßter Baby-Fencheltee

2 Teebeutel Baby-Fencheltee mit 300 ml kochendem Wasser übergießen und 5 Minuten ziehen lassen. Kartoffeln schälen, klein schneiden und in einen Topf geben. Blumenkohl in kleine Röschen teilen, gut waschen und zu den Kartoffeln geben. Alles mit dem Fencheltee übergießen und zum Kochen bringen. Bei Bedarf Wasser zugießen. Anschließend fein pürieren. Abkühlen lassen und Babybrei portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen einen TL Rapsöl untermischen.

Hokkaido-Kartoffel-Brei mit Orangensaft

- 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 1000 g)
- 500 g Kartoffel
- 300 ml Wasser
- 3 EL Orangensaft

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in einen Topf geben. Den Kürbis gründlich waschen oder schälen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Dann werden die Kürbiswürfel mit dem Wasser in den Topf zu den Kartoffeln geben und bedeckt aufkochen. Alles zusammen etwa 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend wird der Orangensaft beigefügt und die Masse fein zu Babybrei püriert. Abkühlen lassen und Babybrei portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen einen TL Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Leicht verdaulicher Möhren-Fenchel-Brei mit Kartoffeln

- 500 g Möhren
- 500 g Fenchel
- 500 g Kartoffeln
- 500 ml Wasser

Kartoffeln und Möhren schälen, klein schneiden und in einen Topf geben. Den Fenchel waschen und ebenfalls klein geschnitten in den Topf geben. Alles knapp mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Masse fein pürieren. Abkühlen lassen und Babybrei portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen einen TL Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Brokkoli-Kartoffel-Brei

- 750 g Brokkoli
- 375 g Kartoffeln
- 200 ml Wasser

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in einen Topf geben. Brokkoli in kleine Röschen teilen, gut waschen und zu den Kartoffeln geben. Alles mit dem Wasser übergießen und bedeckt zum Kochen bringen. Etwa 10 Minuten köcheln lassen. Anschließend fein pürieren. Abkühlen lassen und portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen dem Babybrei einen TL Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Zucchini-Risotto

- 1000 g Zucchini
- 500 g Risottoreis

Zucchini schälen, klein würfeln und in einen Topf geben. Mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Risottoreis weich kochen. Wenn die Zucchini weich ist, das Wasser komplett abgießen und die Zucchini zusammen mit dem abgegossenen Reis fein pürieren. Abkühlen lassen und portionsweise einfrieren. Nach dem Erwärmen dem Babybrei einen TL Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Gemüse-Risotto

- 300 g Möhren
- 300 g Zucchini
- 250 g Tiefkühlerbsen
- 150 g Dosentomaten
- 400 g Reis
- Kräuter nach Belieben

Den Reis nach Packungsanleitung kochen. Möhren und Zucchini schälen und in kleine Stücke schneiden. Dann zuerst die Möhren mit reichlich Wasser bedeckt zum Kochen bringen und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Erbsen und die Zucchini dazugeben und weitere 5 Minuten köcheln lassen bis das Gemüse bissfest ist. Dann das Gemüse abgießen und die Kochflüssigkeit auffangen. Nun wird das Gemüse mit dem Reis gemischt und unter Zugabe der Dosentomaten püriert. Dabei soviel Kochflüssigkeit wie nötig zufügen. Wer möchte, kann gern noch Kräuter dazugeben. Ich habe bspw. einen Teelöffel Dill untergerührt. Anschließend einen Teelöffel Rapsöl dazugeben und servieren bzw. abkühlen lassen und einfrieren.

© breirezept.de

Feiner Süßkartoffelbrei

- 500 g Süßkartoffel
- 250 g Möhren
- 250 g Kartoffeln

Die Kartoffel und Möhren schälen und klein würfeln. Dann alles in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Bei geschlossenem Deckel solange köcheln

lassen, bis das Gemüse bissfest ist. Die Kochflüssigkeit auffangen und schlückchenweise beim Pürieren zum Brei geben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Abkühlen lassen und portionsweise einfrieren.

© breirezept.de

Kohlrabi-Möhren-Brei mit Kartoffeln

- 500 g Kohlrabi
- 500 g Möhren
- 500 g Kartoffeln

Kohlrabi, Kartoffeln und Möhren schälen und klein schneiden. Dann alles in einen Topf geben und knapp mit Wasser bedecken. Zum Kochen bringen und bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Masse fein pürieren und rasch abkühlen lassen. Dann den Babybrei portionsweise einfrieren und nach dem Erwärmen einen Teelöffel Rapsöl untermischen.

© breirezept.de

Spaghetti Bolognese Brei

- 400 g Möhren
- 200 g Hackfleisch
- 200 g Sellerie
- 200 g gestückelte Tomaten, frisch oder aus der Dose
- 400 g Vollkornspaghetti

Möhren und Sellerie in kleine Stücke schneiden und in einen Topf geben und mit Wasser bedeckt zum Kochen bringen. Wenn die Stückchen bissfest sind, werden die Tomaten dazugegeben und kurz mit aufgekocht. Dann den Topf von der Kochstelle nehmen. In einem weiteren Topf die Nudeln bissfest kochen und das Hackfleisch in etwas Öl krümelig braten. Anschließend Nudeln abgießen und mit dem Hackfleisch zum Gemüse geben. Nun die Masse pürieren. Dabei soviel Wasser zugeben, bis die gewünschte Konsistenz entsteht.

© breirezept.de

Kartoffel-Erbсен-Brei mit Lachs (6 Portionen)

- 800 g Erbsen
- 400 g Kartoffeln
- 120 g Lachs

Schält die Kartoffeln und schneidet sie in kleine Würfel. Dann bringt ihr sie knapp bedeckt mit Wasser zum Kochen. Nach etwa 4 Minuten Kochzeit gebt ihr die Erbsen und den Lachs dazu und kocht die Masse für weitere 4 Minuten. Schiebt den Topf von der Kochstelle und püriert alles zu feinem Brei. Vor dem Verzehr gebt ihr jeder Portion noch einen Teelöffel Rapsöl hinzu.

© breirezept.de

Spinat-Kartoffel-Brei mit Pute (1 Portion)

Spinat eignet sich für Babys ab dem 7. Monat. Bitte beachtet, dass Babybrei mit Spinat immer nur frisch gekocht verwendet werden sollte und ihr ihn nicht nochmal erwärmen dürft!

- 1 mittelgroße Kartoffel
- 120 g Bio-Tiefkühlspinat
- 25 g Putenbrust
- Würfelt die Kartoffel und die Putenbrust klein und bringt sie knapp bedeckt mit Wasser in einem Topf zum Kochen. Nach 4 Minuten Kochzeit gebt ihr den Spinat dazu und lasst alles nochmal für 4 Minuten kochen. Dann püriert ihr den Babybrei und gebt einen Teelöffel Rapsöl dazu. Und jetzt viel Spaß beim Verfüttern. Zur optimalen Eisenaufnahme empfehlen wir euch als Nachtisch ein paar Löffel Obstbrei.

© breirezept.de

