



# Babybrei mit Hackfleisch, Erbsen und Kartoffeln

Zeit gesamt  
🕒 20min

Zubereitungszeit  
🍲 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 1 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	50 g
Erbsen, tiefgefroren	100 g
Hackfleisch vom Rind	20 g
Orangensaft	2 EL
Rapsöl	1 EL

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und klein würfeln. In einem Topf Kartoffeln mit Wasser bedeckt aufkochen und ca. 10 Min. auf niedriger Stufe garen. Hackfleisch und Erbsen zugeben und weitere ca. 5 Min. garen.
2. Anschließend alles abgießen. Kochwasser auffangen. Im Topf Erbsen, Kartoffeln, Hackfleisch, Saft, Öl und 2–3 EL vom Kochwasser fein pürieren. Hackfleisch-Erbsen-Kartoffel-Brei umfüllen, abkühlen lassen und füttern.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	223 kcal
Kohlenhydrate	20 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	11 g