



Rezepte > Andere

Babybrei mit Kartoffel, Spinat und Mango

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 5 Portionen

Mango	50 g
Blattspinat	50 g
Kartoffeln, mehligkochend	50 g
Rapsöl	1 EL
Orangensaft	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

SILVERCREST Monsieur Cuisine (Connect und Smart)

1. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und ebenfalls klein würfeln. Spinat waschen und abtropfen. Kartoffeln schälen waschen und in Würfel schneiden.
2. In den Mixtopf etwa 500 ml Wasser geben. In dem Dampfgaraufsatz Kartoffeln und Spinat geben und auf der Dampfgarstufe/25 Min. weich garen.
3. Anschließend Garflüssigkeit umfüllen. Im Mixtopf Kartoffeln, Blumenkohl und rote Bete mit Öl, Fruchtsaft und 40 ml Garflüssigkeit 20 Sek./Stufe 8 fein pürieren. Babybrei mit Kartoffel, Spinat und Mango abkühlen lassen, umfüllen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	35 kcal
Kohlenhydrate	4 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	2 g