



Kürbis-Zucchini-Cremesuppe

Dieses Gericht wird sich bei Ihrem Baby großer Beliebtheit erfreuen, denn es ist nicht nur reichhaltig an Kalium, Magnesium und Eisen, sondern auch mild und zart im Geschmack, sodass Sie damit nichts falsch machen können.

Für dieses Rezept benötigen Sie:

- 1 Kürbis
- 1 Zucchini
- Milch, die Ihr Baby verträgt
- ein Stückchen Butter

Zubereitung

Schale und Kerne des Kürbis entfernen und anschließend in kleine Stücke schneiden. Die Zucchini ebenfalls schälen und in kleine Stücke schneiden. Alles zusammen in einem Topf mit Wasser zum Kochen bringen: Zwei große Gläser Wasser genügen für 200 g Gemüse.

Kleiner Trick

Um eine sämigeren Konsistenz zu erzielen, pürieren Sie das Ganze nach dem Kochen und vermischen Sie es mit ungefähr 30 ml verträglicher Milch.