



Pastináková přesnídávka s mrkví

Ingredience

pastinák (sladká petržel) : 2 ks

mrkev: 4 ks

máslo: 1 PL

kojenecká voda dle potřeby

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Nejprve si zeleninu oloupejte a nakrájejte na menší kusy. Pak ji vložte do hrnce vařte v malém množství vody do změknutí (nebo na páře). Nakonec pastinák s mrkví a lžící másla rozmixujte na jemné pyré...

Pastináková přesnídávka s mrkví - recept

Nejprve si zeleninu oloupejte a nakrájejte na menší kusy. Pak ji vložte do hrnce vařte v malém množství vody do změknutí (nebo na páře). Nakonec pastinák s mrkví a lžící másla rozmixujte na jemné pyré. To podávejte dítěti po zchlazení jako přesnídávku. Uchovávejte v chladu do další konzumace.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí