

Dunja Rieber

Kochen mit dem Thermomix - Die besten Babybreie

Leseprobe

[Kochen mit dem Thermomix - Die besten Babybreie](#)

von [Dunja Rieber](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.de/b22064>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



REZEPT- UND ZUTATENVERZEICHNIS

A

Abc-Minestrone mit Seelachs 92

Allererster Getreideflockenbrei 37

ÄPFEL

– Apfel-Möhren-Püree 35

– Apfelpfannkuchen aus dem Ofen 74

– Apfel-Zimt-Porridge 82

– Babymüsli auf Vorrat 82

– Blaubeer-Apfel-Püree 38

– Feiner Milchreis-Brei 56

– Feines Basis-Obstmark auf Vorrat 38

– Gemüse-Apfel-Ketchup 96

– Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74

– Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53

– Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96

– Vollmilch-Getreide-Brei 41

– Zwiebackbrei mit Apfel und Möhre 75

Apfel-Möhren-Püree 35

Apfelpfannkuchen aus dem Ofen 74

Apfel-Zimt-Porridge 82

APRIKOSEN

– Babymüsli auf Vorrat 82

– Vanille-Grieß-Küchlein mit Aprikosensauce 99

AVOCADO

– Avocado-Bananen-Brei 38

– Brokkoliröschen mit Avocado-Dip 95

B

Babymüsli auf Vorrat 82

Babys erster Rindfleischtopf 59

Babys Lieblingsmuffins 101

BANANEN

– Avocado-Bananen-Brei 38

– Babys Lieblingsmuffins 101

– Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74

– Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53

– Himbeer-Kokos-Smoothie 84

– Orangen-Bananen-Couscous 77

– Schmelzflockenbrei mit Banane 54

– Starke-Abwehr-Smoothie 84

BEEREN

– Beerenkonfitüre ohne Zucker 88

– Blaubeer-Apfel-Püree 38

– Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74

– Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53

– Himbeer-Kokos-Smoothie 84

– Mildes Fruchtpüree 56

– Starke-Abwehr-Smoothie 84

– Vollmilch-Getreide-Brei 41

– Zwieback-Beeren-Brei für unterwegs 54

Beerenkonfitüre ohne Zucker 88

BIRNEN

– Feines Basis-Obstmark auf Vorrat 38

– Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74

– Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53

– Vollmilch-Getreide-Brei 41

BLAUBEEREN

– Blaubeer-Apfel-Püree 38

– Mildes Fruchtpüree 56

– Starke-Abwehr-Smoothie 84

BLUMENKOHL

– Blumenkohl-Kartoffel-Püree mit Rind 62

Blumenkohl-Kartoffel-Püree mit Rind 62

BROKKOLI

– Brokkoli-Kartoffel-Brei mit Hähnchen 45

– Brokkoliröschen mit Avocado-Dip 95

– Gemüseröllchen 81

– Pasta mit Brokkoli-Pesto 71

C

CAROB

– Hafer-Carob-Trinkfrühstück 83

COUSCOUS

– Orangen-Bananen-Couscous 77

– Zucchini-Paprika-Couscous 69

D

DINKEL

- Apfelpfannkuchen aus dem Ofen 74
- Babys Lieblingsmuffins 101
- Dinkelbrötchen 78
- Dinkel-Cookies 100
- Getreideflockenbrei, allererster 37
- Grießbrei mit getrockneten Pflaumen 75
- Hirsewaffeln 100
- Kinderkekse zum Ausstechen 100
- Knabberstangen 78
- Veggie-Nuggets 72
- Vollkorn-Grießbrei 56
- Vollmilch-Getreide-Brei 41
- Zucchini-Pancakes 53
- Dinkelbrötchen 78
- Dinkel-Cookies 100

E

EIER

- Apfelpfannkuchen aus dem Ofen 74
- Zucchini-Bites 72
- Zucchini-Pancakes 53

ERBSEN

- Kartoffeltaler mit Erbsen 95
- Kohlrabi-Kartoffeltopf mit Fleischklößchen 91

ERDBEEREN

- Beerenkonfitüre ohne Zucker 88
- Mildes Fruchtputee 56
- Zwieback-Beeren-Brei für unterwegs 54
- Erster Wurzelgemüse-Brei 32

F

FALAFEL

- Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96
- Feiner Milchreis-Brei 56
- Feines Basis-Obstmark auf Vorrat 38
- FENCHEL
- Fenchel-Möhren-Reis 69
- Vegetarischer Gemüse-Kartoffel-Brei 50

FISCH

- Abc-Minestrone mit Seelachs 92
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Lachs-Möhren-Frikadellen 92
- Lachspüree auf Vorrat 48
- Tomatenreis mit Lachs 66

FLEISCH

- Babys erster Rindfleischtopf 59
- Blumenkohl-Kartoffel-Püree mit Rind 62
- Brokkoli-Kartoffel-Brei mit Hähnchen 45
- Fleischputee auf Vorrat 48
- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Rindfleisch 42
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Gemüseröllchen 81
- Kohlrabi-Kartoffeltopf mit Fleischklößchen 91
- One-Pot-Bolognese 91

- Steckrübenpüree mit

Petersilienhack 63

- Zucchini-Puten-Bulgur mit Minzjoghurt 89

Fleischputee auf Vorrat 48

FRISCHKÄSE

- Brokkoliröschen mit Avocado-Dip 95
- Kürbiskern-Zucchini-Streich 89
- Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96

G

GEBÄCK

- Babys Lieblingsmuffins 101
- Dinkelbrötchen 78
- Dinkel-Cookies 100
- Hirsewaffeln 100
- Kinderkekse zum Ausstechen 100
- Knabberstangen 78

GEMÜSE

- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Gemüse-Apple-Ketchup 96
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Rindfleisch 42
- Gemüse-Kartoffel-Brei, vegetarischer 50
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Gemüseröllchen 81
- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Gemüse-Apple-Ketchup 96

Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
 Gemüse-Kartoffel-Brei mit Rindfleisch 42
 Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
 Gemüseröllchen 81

GETRÄNKE

– Hafer-Carob-Trinkfrühstück 83
 – Himbeer-Kokos-Smoothie 84
 – Möhrenschorle 83
 – Pink Panther 83
 – Starke-Abwehr-Smoothie 84

GETREIDE

– Babymüsli auf Vorrat 82
 – Getreideflockenbrei, allererster 37
 – Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74
 – Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53
 – Vollmilch-Getreide-Brei 41

GRIESS

– Grießbrei mit getrockneten Pflaumen 75
 – Vanille-Grieß-Küchlein mit Aprikosensauce 99
 – Vollkorn-Grießbrei 56

Grießbrei mit getrockneten Pflaumen 75

Grundrezept Getreide-Obst-Brei 53

H

Hafer-Carob-Trinkfrühstück 83
HAFERFLOCKEN
 – Apfel-Zimt-Porridge 82
 – Babymüsli auf Vorrat 82

– Getreideflockenbrei, allererster 37
 – Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74
 – Hafer-Carob-Trinkfrühstück 83
 – Lachs-Möhren-Frikadellen 92
 – Mango-Mix mit Joghurt 77
 – Müslikugeln ohne Backen 99
 – Schmelzflockenbrei mit Banane 54
 – Vollmilch-Getreide-Brei 41
 Himbeer-Kokos-Smoothie 84

HIRSE

– Hirse-Milchreis 77
 – Hirsewaffeln 100

J

JOGHURT

– Kinderkekse zum Ausstechen 100
 – Mango-Mix mit Joghurt 77
 – Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96
 – Zucchini-Puten-Bulgur mit Minzjoghurt 89

K

KARTOFFELN

– Blumenkohl-Kartoffel-Püree mit Rind 62
 – Brokkoli-Kartoffel-Brei mit Hähnchen 45
 – Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
 – Gemüse-Kartoffel-Brei mit Rindfleisch 42
 – Gemüse-Kartoffel-Brei, vegetarischer 50

– Kartoffeltaler mit Erbsen 95
 – Kohlrabi-Kartoffeltopf mit Fleischklößchen 91
 – Steckrübenpüree mit Petersilienhack 63
 – Veggie-Nuggets 72
 – Zucchini-Kartoffel-Brei 36
 Kartoffeltaler mit Erbsen 95

KÄSE

– Kartoffeltaler mit Erbsen 95
 – Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96
 – Zucchini-Bites 72

KICHERERBSEN

– Möhren-Hummus 88
 Kinderkekse zum Ausstechen 100
 Knabberstangen 78

KOHLRABI

– Gemüseeallerlei mit Mais und Hähnchen 61
 – Kohlrabi-Kartoffeltopf mit Fleischklößchen 91

KOKOS

– Himbeer-Kokos-Smoothie 84
 – Müslikugeln ohne Backen 99

KÜRBIS

– Kürbiskern-Zucchini-Streich 89
 – Milde Tomatensauce für alle Fälle 71
 – Ofen-Kürbis-Püree 31
 – Vegetarischer Gemüse-Kartoffel-Brei 50
 Kürbiskern-Zucchini-Streich 89

L

LACHS

– Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49

- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Lachs-Möhren-Frikadellen 92
- Lachspüree auf Vorrat 48
- Tomatenreis mit Lachs 66

LINSEN

- Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96
- Rote Linsen mit Süßkartoffeln und Tahin 68

M

MAIS

- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Veggie-Nuggets 72

MANDELMILCH

- Starke-Abwehr-Smoothie 84

MANDELN

- Apfel-Zimt-Porridge 82
- Müslikugeln ohne Backen 99

MANGO

- Mangoes am Stiel 101
- Mango-Mix mit Joghurt 77

MILCH

- Apfelpannkuchen aus dem Ofen 74
- Dinkelbrötchen 78
- Feiner Milchreis-Brei 56
- Grießbrei mit getrockneten Pflaumen 75
- Hafer-Carob-Trinkfrühstück 83
- Hirse-Milchreis 77
- Milchreis-Brei, feiner 56
- Schmelzflockenbrei mit Banane 54
- Vanille-Grieß-Küchlein mit Aprikosensauce 99

- Vollkorn-Grießbrei 56
- Vollmilch-Getreide-Brei 41

- Zucchini-Pancakes 53

Mildes Fruchtpüree 56

- Milde Tomatensauce für alle Fälle 71

MÖHREN

- Abc-Minestrone mit Seelachs 92
- Apfel-Möhren-Püree 35
- Babys erster Rindfleischtopf 59
- Erster Wurzelgemüse-Brei 32
- Fenchel-Möhren-Reis 69
- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Gemüseröllchen 81
- Knabberstangen 78
- Lachs-Möhren-Frikadellen 92
- Möhren-Hummus 88
- Möhrenschorle 83
- One-Pot-Bolognese 91
- Vegetarischer Gemüse-Kartoffel-Brei 50
- Veggie-Nuggets 72
- Zwiebackbrei mit Apfel und Möhre 75

- Möhren-Hummus 88

- Möhrenschorle 83

MÜSLI

- Babymüsli auf Vorrat 82
- Müslikugeln ohne Backen 99

N

NUDELN

- Abc-Minestrone mit Seelachs 92

- Babys erster Rindfleischtopf 59
- One-Pot-Bolognese 91
- Pasta mit Brokkoli-Pesto 71

O

- Ofen-Falafel mit Apfel-Curry-Dip 96

- Ofen-Kürbis-Püree 31

- One-Pot-Bolognese 91

- Orangen-Bananen-Couscous 77

P

PAPRIKA

- Abc-Minestrone mit Seelachs 92
- Gemüse-Apfel-Ketchup 96
- Gemüseröllchen 81
- Zucchini-Paprika-Couscous 69
- Pasta mit Brokkoli-Pesto 71

PASTINAKEN

- Erster Wurzelgemüse-Brei 32
- Gemüseallerlei mit Mais und Hähnchen 61
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Vegetarischer Gemüse-Kartoffel-Brei 50

PFIRSICH

- Feiner Milchreis-Brei 56
- Mildes Fruchtpüree 56

PFLAUMEN

- Grießbrei mit getrockneten Pflaumen 75
- Pink Panther 83

R

REIS

- Feiner Milchreis-Brei 56
- Fenchel-Möhren-Reis 69
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43
- Hirse-Milchreis 77
- Tomatenreis mit Lachs 66
- Vollkornreisbrei 37

REISMILCH

- Pink Panther 83

ROSINEN

- Babymüsli auf Vorrat 82
- Babys Lieblingsmuffins 101
- Müslikugeln ohne Backen 99

ROTE BETE

- Pink Panther 83
- Rote Linsen mit Süßkartoffeln und Tahin 68

S

Schmelzflockenbrei mit Banane 54

SMOOTHIES

- Himbeer-Kokos-Smoothie 84
- Pink Panther 83
- Starke-Abwehr-Smoothie 84

STECKRÜBEN

- Steckrübenpüree mit Petersilienhack 63
- Süßkartoffelbrei 33
- Süßkartoffel-Eis 101
- SÜSSKARTOFFELN**
- Rote Linsen mit Süßkartoffeln und Tahin 68
 - Süßkartoffelbrei 33
 - Süßkartoffel-Eis 101

T

TOMATEN

- Babys erster Rindfleischtopf 59
 - Gemüse-Apfel-Ketchup 96
 - Milde Tomatensauce für alle Fälle 71
 - One-Pot-Bolognese 91
 - Tomatenreis mit Lachs 66
- Tomatenreis mit Lachs 66

TOPINAMBUR

- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Lachs 49
- Gemüse-Reis-Brei mit Fleisch oder Fisch 43

V

Vanille-Grieß-Küchlein mit Aprikosensauce 99

Vegetarischer Gemüse-Kartoffel-Brei 50

Veggie-Nuggets 72

VOLLKORN

- Getreide-Obst-Brei ab dem 8. Monat 74
- Getreide-Obst-Brei, Grundrezept 53
- Vollkorn-Grießbrei 56
- Vollkornreisbrei 37
- Vollmilch-Getreide-Brei 41
- Zwieback-Beeren-Brei für unterwegs 54
- Vollmilch-Getreide-Brei 41

W

WURZELGEMÜSE

- Erster Wurzelgemüse-Brei 32
- Gemüse-Kartoffel-Brei mit Rindfleisch 42

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen. So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen. Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

E-Mail-Leserservice
kundenservice@trias-verlag.de
Lektorat TRIAS Verlag
Postfach 30 05 04
70445 Stuttgart
Fax: 0711 8931-748

REZEPT- UND ZUTATENVERZEICHNIS

Z

ZUCCHINI

- Abc-Minestrone mit Seelachs 92
- Kürbiskern-Zucchini-Streich 89
- Zucchini-Bites 72
- Zucchini-Kartoffel-Brei 36

- Zucchini-Pancakes 53
- Zucchini-Paprika-Couscous 69
- Zucchini-Puten-Bulgur mit
Minzjoghurt 89

ZWIEBACK

- Zwieback-Beeren-Brei für
unterwegs 54
- Zwiebackbrei mit Apfel und
Möhre 75



Dunja Rieber

[Kochen mit dem Thermomix - Die besten Babybreie](#)

104 Seiten, kart.
erschienen 2017



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise
www.narayana-verlag.de