



Gerber.

# K

# jak książka kucharska



Poznaj przepisy na różnorodne i pyszne potrawy,  
w których rozsmakuje się Twój maluszek

# A jak Apetyczny krem z kalafiora i zielonej papryki

## Składniki

- Różyczki kalafiora: 60 g
- Papryka zielona bez pestek i szypułki: 40 g
- Kleik kukurydziany Nestlé: 3 łyżeczki
- Masło: 1 łyżeczka
- Jabłuszka z morelami Gerber: 2 łyżeczki
- Woda: ½ szklanki
- Koperek świeży: kilka „piórek”

## Przybory kuchenne

- nóż, deska do krojenia, piekarnik, rondel, mikser

## Sposób przygotowania

- Kalafiora kroimy na mniejsze kawałki i gotujemy w wodzie przez około 10 minut.
- W połowie gotowania wsypujemy Kleik kukurydziany Nestlé.
- Kawałki papryki pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 160°C przez 8 - 10 minut (czas pieczenia uzależniony jest od grubości miąższu papryki).
- Upieczoną paprykę obieramy ze skórki i dodajemy do kalafiora z kleikiem kukurydzianym Nestlé razem z masłem po czym całość miksujemy.
- Do zmiksowanego kalafiora z papryką dodajemy Jabłuszka z morelami Gerber i jeżeli jest taka potrzeba, to podgrzewamy.
- Zupkę przed podaniem posypujemy drobno pokrojonym koperkiem.





po 6. miesiącu

# B jak Buraczkowa zupa z jabłkiem

## Składniki

- Burak obrany i pokrojony w plastry: 80 g
- Ziemniaki: 30 g
- Marchewka: 30 g
- Delikatny kurczak Gerber: 2 łyżki
- Masło: 1 łyżeczka
- Woda: ½ szklanki
- Sok z wyciśniętej i sparzonej cytryny
- Jabłko: ½ małej sztuki
- Kaszka manna: 1 łyżeczka

## Przybory kuchenne

- nóż, deska do krojenia, piekarnik, rondel, mikser

## Sposób przygotowania

- Umyte i obrane warzywa gotujemy przez około 15 minut.
- Następnie wsypujemy kaszkę manną i gotujemy „na wolnym ogniu” przez około 4 - 5 minut.
- Pod koniec gotowania dodajemy kilka kropli soku z cytryny oraz Delikatnego kurczaka Gerber.
- Po zagotowaniu zupkę miksujemy, a pod koniec miksowania dodajemy masło.
- Jabłko obrane i wydrążone z gniazd nasiennych pieczemy w temperaturze 160°C przez około 15 minut, po czym przecieramy przez sitko.
- Przetarte jabłko dodajemy do zupki w formie „kleksów”.



po 18. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera  
mleko, seler

# C jak Cielęcina z warzywami i sosem marchewkowym

## Składniki

- Por jasne części: 80 g
- Marchew: 80 g
- Seler naciowy: 60 g
- Bulion drobiowy: 150 ml
- Górka cielęca b/k: 150 g
- Marchewka słodki ziemniak Gerber Organic: 1 słoiczek
- Śmietanka: 1 łyżeczka
- Masło: 1 łyżeczka
- Sól

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, garnek, rondelk

## Sposób przygotowania

- Jasne części pora, marchewkę oraz łodygi selera naciowego kroimy w cienkie paseczki. Warzywa parzymy w bulionie na chrupiąco.
- Górkę cielęcą bez kości kroimy w plasterki i lekko rozklepujemy, pokrojone warzywa zawijamy w plastry cielęce i zawiązujemy nitką lub szpagatem.
- Gotujemy w bulionie około 10 - 12 minut, a nawet 15 minut do miękkości.
- Sos marchewkowy: w rondelku zagotowujemy śmietankę i dodajemy Marchewkę z ziemniaczkami Gerber, na koniec dodajemy miękkie masło i doprawiamy do smaku.
- Mięso kroimy w plasterki, a obok wylewamy sos.





po 10. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera mleko

# D jak Drób z makaronem i szpinakiem



## Składniki

- Ugotowany drobny makaron: 200 g
- Delikatny Kurczak Gerber: 2 słoiczki
- Szpinak świeży: 80 g
- Serek biały: 140 g
- Sól

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, garnek

## Sposób przygotowania

- Gotujemy drobny makaron, podgrzewamy Delikatnego kurczaka Gerber.
- Mieszamy makaron z kurczakiem i drobno pokrojonym szpinakiem.
- Tak przygotowany makaron posypujemy pokruszonym, białym serem.

po 10. miesiącu

# E jak Estragon dodany do fileta z miętusa

alergeny:  
produkt zawiera mleko,  
ryby, gluten, pszenicę

## Składniki

- Filet z miętusa lub innej ryby morskiej: 100 g
- Estragon świeży lub suszony
- Sól
- Mąka pszenna lub Nestlé Sinlac do oprószenia ryby
- Olej: 20 ml
- Delikatne Jarzynki Gerber: 1 słoiczek
- Śmietanka: 2 - 3 płaskie łyżeczki (Uwaga! Śmietankę można zastąpić 1 łyżką świeżego masła)
- Ryż ugotowany w lekko osolonej wodzie
- Marchewka pokrojona w drobną kostkę i sparzona
- Groszek zielony mrożony i sparzony w lekko osolonej wodzie

## Przybory kuchenne

- talerz, patelnia, ronderek, deska do krojenia, nóż

## Sposób przygotowania

- Filet z miętusa posypujemy solą, estragonem suszonym lub świeżym, po czym oprószyć w mące lub w Nestlé Sinlac i smażyć na oleju na lekko złoty kolor.
- Na patelnię po smażeniu wlewamy Delikatne Jarzynki Gerber, dodajemy szczyptę suszonego estragonu lub drobno pokrojony świeży estragon.
- Po zagotowaniu dolewamy śmietankę i doprawiamy solą.
- Usmażoną rybę polaną sosem podajemy z ryżem wymieszany z ugotowaną i pokrojoną marchewką oraz zielonym groszkiem.





po 24. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera mleko,  
jaja

# F jak Filet z kurczaka zapiekany z bananami

## Składniki

- Filet z kurczaka: 200 g
- Olej: 10 ml
- Sól
- Delikatny Kurczak Gerber: 1 słoiczek
- Nektar Winogronowo-Bananowy Bobo Frut: ½ butelki
- Banan: ¼ sztuki
- Serek biały mielony: 120 g
- Żółtko jaja kurzego: 1 sztuka
- Białko jaja kurzego: 1 sztuka
- Ubita śmietanka 30%: 60 ml

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, patelnia, miseczek, ubijaczka do piany lub mikser

## Sposób przygotowania

- Filety z kurczaka kroimy w drobną kostkę, po czym solimy i smażymy na oleju.
- Delikatnego Kurczaka Gerber mieszamy z Nektarem Winogronowo-Bananowym Bobo Frut i polewamy kurczaka. Dusimy nie dłużej jak 4 - 5 minut pod przykryciem. Pod koniec gotowania dodajemy banana, obranego i pokrojonego w drobną kostkę.
- Tak przygotowanego kurczaka po lekkim przestudzeniu mieszamy z żółtkiem jaja kurzego.
- Serek biały mielony mieszamy z żółtkiem i bitą śmietanką oraz na sam koniec z ubitą pianą białka jaja kurzego (jajka kurze można zastąpić jajkami przepiórczymi).
- Kurczaka z sosem bananowym przekładamy do naczynka żaroodpornego i zalewamy białym serem z jajkami.
- Pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 180°C przez około 15 - 20 minut.



# G jak Gruszka dodana do fileta ze schabu

## Składniki

- Gruszka świeża: ½ sztuki
- Gruszka 100% Sok Gerber: 1 butelka
- Goździk: 1 sztuka
- Schab wieprzowy b/k: 200 g
- Olej: 10 ml
- Marchew: 60 g
- Seler korzeń: 20 g
- Pietruszka korzeń: 20 g
- Por: 20 g
- Listek laurowy: ½ sztuki
- Sól
- Listki świeżej bazylii
- Kluski kładzione: 100 g

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, rondel z przykrywką, patelnia, talerz

## Sposób przygotowania

- Obraną gruszkę pokroić w równą kostkę i sparzyć w Soku Gruszka 100% Gerber z jednym goździkiem. Nie rozgotować!
- Kawalek schabu b/k posolić, po czym obsmażyć na lekko złoty kolor, podać wodą i sokiem z parzenia gruszki (1:1) do połowy wysokości mięsa, dodać listek laurowy oraz pokrojoną drobno marchew, por, seler oraz pietruszkę.
- Dusić do miękkości pod przykryciem.
- Gdy mięso jest miękkie, sos miksujemy i dodajemy miękki kawałek masła.
- Gdy sos po wymieszaniu uzyska jednolitą konsystencję, dodajemy sparzone gruszki i drobno pokrojoną świeżą bazylię.
- Pokrojony schab polewamy sosem i podajemy z leniwymi kluskami.





po 18. miesiącu

# Jak Harmonijne połączenie sosu dyniowego i pomarańczy z makaronem

alergeny:  
produkt zawiera jajka,  
gluten i pszenicę



## Składniki

- Filet z kurczaka: 100 g
- Jajka: ¼ sztuki lub 1 jajko przepiórcze
- Mąka pszenna lub Nestlé Sinlac: 1 płaska łyżeczka
- Mięsz czerstwej bułki pszennej: 200 g
- Olej do smażenia
- Makaron pszenny: 50 g
- Dynia Gerber: 1 słoiczek
- Sok z wyciśniętej pomarańczy: 1 płaska łyżeczka
- Listki świeżej bazylii

## Przybory kuchenne

- rondel, cedzak, wyciskarka do soków, deska do krojenia, nóż, talerz, patelnia

## Sposób przygotowania

### Przygotowanie makaronu:

- Makaron gotujemy w lekko osolonej wodzie.
- Po odcedzeniu makaron mieszamy z przecierem z dyni Gerber oraz wyciśniętym sokiem z pomarańczy.
- Tak przygotowany makaron posypujemy pokrojonymi drobno listkami świeżej bazylii.

### Przygotowanie panierowanych paluszków:

- Filety z kurczaka kroimy w małe paluszki i po doprawieniu solą, posypujemy mąką pszenną lub kaszką Nestlé Sinlac, po czym obtaczamy w rozmieszanym jajku, a następnie w pokruszonym mięszu czerstwej bułki pszennej.
- Tak przygotowane paluszki smażymy ze wszystkich stron na rozgrzanym tłuszczu na lekko złoty kolor.

po 18. miesiącu

# jak Indyk z czarną porzeczką

alergeny:  
produkt zawiera mleko,  
gluten i pszenicę

## Składniki

- Pierś z indyka: 150 g
- Olej: 2 łyżki
- Sól
- Delikatny Indyk Gerber: 1 słoiczek
- Masło: 1 łyżeczka
- Porzeczka czarna mrożona: 1 łyżka
- Drobnny makaron, ugotowany
- Brokuły sparzone do miękkości w lekko osolonej wodzie

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, patelnia, talerz

## Sposób przygotowania

- Pierś z indyka (najlepiej młodego) bez wierzchniej skórki kroimy w cienkie plasterki, posypujemy solą i smażymy na małej ilości oleju.
- Na patelnię po smażeniu (bez oleju po smażeniu) przekładamy Delikatnego Indyka Gerber, doprawiamy do smaku i dodajemy miękkie masło oraz sparzone porzeczki mrożone.
- Usmażone kotleciki z indyka kroimy w paseczki i układamy na talerzu, polewamy sosem i podajemy z makaronem i brokułami.





# Jak Jagnięcina z papryką

## Składniki

- Comber jagnięcy b/k lub polędwiczka: 150 g
- Olej: 40 ml
- Papryka czerwona świeża pieczona: 100 g
- Bulion warzywny lub drobiowy: 100 ml
- Sól
- Zupka Pomidorowa z ryżem Gerber: 1 słoiczek
- Kasza jęczmienna ugotowana na sypko: 150 g
- Natka pietruszki i koperek

## Przybory kuchenne

- deska do krojenia, nóż, patelnia, ronderek, łyżka

## Sposób przygotowania

- Mięso jagnięce z combra lub polędwiczki oraz paprykę czerwoną pieczoną bez skóry i pestek kroimy w cienkie paseczki.
- Mięso posypujemy solą i smażymy na oleju tak, aby mięso zbyt mocno się nie zarumieniło.
- Pod koniec smażenia dodajemy pokrojoną, pieczoną paprykę. Można też dodać do smażenia pokrojoną w kostkę cebulę.
- Mięso i paprykę podlewamy niewielką ilością bulionu warzywnego lub drobiowego, a następnie dusimy na wolnym ogniu.
- Gdy mięso jest miękkie, dodajemy Zupkę Pomidorową z Ryżem Gerber, doprawiamy do smaku solą.
- Mięso z sosem podajemy z kaszą jęczmienną i drobno pokrojonymi świeżymi ziołami.





po 12. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera jaja i seler

# K jak Kurczak w kawałkach z bulionem z buraków

## Składniki

- Filet z kurczaka: 90 g
- Kurczak wędzony b/k i b/skóry: 30 g
- Marchew: 40 g
- Seler korzeń: 20 g
- Pietruszka korzeń: 20 g
- Buraki: 150 g
- Jabłko 100% Sok Gerber: 1 buteleczka
- Sok z wyciśniętej cytryny: 1 łyżka
- Szczypta cukru
- Majeranek suszony: ½ małej łyżeczki
- Nestlé Sinlac: 3 - 4 łyżki
- Żółtko jaja kurzego: 1 sztuka lub 2 żółtka jaj przepiórczych
- Olej: 1 łyżeczka

## Przybory kuchenne

- rondel, sitko, talerz

## Sposób przygotowania

- Filet z kurczaka i niewielką ilość wędzonego kurczaka (stosunek kurczaka świeżego do wędzonego 3:1) oraz warzyw przygotowujemy delikatny bulion.
- Do czystego bulionu (wycedzonego z kurczaka i warzyw) wkładamy buraki pokrojone w cienkie plastry, wlewamy Sok Jabłko 100% Gerber, sok z cytryny, wsypujemy suszony majeranek oraz szczyptę cukru i po zagotowaniu odstawiamy na minimum 2 - 3 godziny.
- Po tym czasie cedzimy przez bardzo gęste sitko.
- Przecedzone warzywa i kurczaki kroimy w bardzo drobną kostkę.
- Kluseczki: Nestlé Sinlac mieszamy z żółtkiem i odrobiną oleju.
- Małą łyżeczką kładziemy małe kluseczki na lekko osoloną wodę.
- Consomme buraczane podajemy z kluseczkami i warzywami oraz kurczakiem.





po 10. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera rybę

# L jak Lekka zupa rybna



## Składniki

- Filet z ryby pokrojony w kostkę: 60 g (najlepszy filet to grzbiet sandacza bez skóry)
- Marchew pokrojona w kostkę: 30 g
- Marchewka Gerber: 1 słoik (60 g)
- Zacierka: 20 g
- Groszek zielony mrożony: 20 g
- Koperek świeży: ¼ pęczka
- Kolendra świeża: ¼ pęczka
- Cytryna: ¼ sztuki

## Przybory kuchenne

- rondel, deska do krojenia, nóż, tarka

## Sposób przygotowania

- Pokrojony w kostkę filet z ryby parzymy w lekko osolonej wodzie z dodatkiem soku z cytryny oraz startej skórki z cytryny.
- Do wywaru z gotowania ryby po jej wyjęciu dodajemy przecier warzywny Marchewka Gerber.
- Po zagotowaniu dodajemy sparzoną marchewkę.
- Pod koniec gotowania wsypujemy zacierkę i pokrojoną drobno rybę oraz rozmrożony groszek.
- Gdy wszystkie składniki zupy są już miękkie, dodajemy drobno pokrojone koperek i kolendrę.



po 18. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera mleko,  
pszenicę i gluten

# M jak Mielone kotleciki cielęce z kaszą kuskus, owocami i rodzynekami

## Składniki

- Mięso cielęce mielone: 80 g
- Mięszk bułki pszennej: 10 g
- Jajka: ¼ sztuki
- Mąka pszenna do oprószenia
- Olej do podsmażenia kotlecików
- Jabłuszka z owocami leśnymi Gerber: 1 słoiczek
- Jabłka: 50 g
- Śliwka świeża: 1 - 2 sztuki
- Olej: 50 ml
- Kaszka kuskus: 50 g/55 ml wody lub bulionu warzywnego
- Masło: 1 łyżeczka
- Rodzynki: 60 g
- Starta marchewka: 80 g
- Starte jabłko: 20 g

## Przybory kuchenne

- rondel z pokrywką, miseczka, deska do krojenia, nóż, łyżka, maszynka do mielenia mięsa, patelnia, talerz

## Sposób przygotowania

- Kaszkę kuskus przesypujemy do płaskiej miseczki i zalewamy gorącym wywarem i solimy.
- Dokładnie mieszamy i dodajemy miękkie masło oraz rodzyнки.
- Po dokładnym wymieszaniu przykrywamy folią aluminiową i odstawiamy w ciepłe miejsce.
- Jabłka obieramy i wydrążamy gniazda nasienne, po czym kroimy w drobną kostkę, podobnie jak śliwki, a następnie podsmażamy na oleju.
- Pod koniec smażenia można posypać szczyptą cukru.
- Owoce mieszamy z kaszką kuskus lub dodajemy do sosu.
- Czerstwą bułkę pszenną moczymy w wodzie, odciskamy i przekracamy przez maszynkę do mielenia mięsa.
- Mięso cielęce mielone mieszamy bardzo dokładnie z jajkiem oraz mieloną bułką pszenną i doprawiamy szczyptą soli.
- Formujemy małe kotleciki, które oprószamy mąką.
- Smażymy na złoty kolor z dwóch stron na oleju.
- Tak przygotowane kotleciki wrzucamy do deserku Jabłuszka z owocami leśnymi Gerber i jeżeli jest taka konieczność – doduszamy pod przykryciem na bardzo małym ogniu.





# N jak Nasz pomysł na zupkę kalafiorową dla małego smakosza

## Składniki

- Różyczki kalafiora: 40 g
- Pietruszka, korzeń: 50 g
- Jabłuszka z morelami Gerber: 3 łyżki
- Kasza jaglana: 2 łyżeczki
- Olej słonecznikowy: 1 łyżeczka
- Listki świeżego tymianku: 6 - 8 listków
- Oliwa z oliwek extra vergine: 1 łyżka
- Papryka czerwona świeża bez pestek i szypułki: 60 g

## Przybory kuchenne

- nóż, deska do krojenia, rondel, mikser, piekarnik, sitko

## Sposób przygotowania

- Kalafiora i umytą oraz obraną pietruszkę kroimy na mniejsze kawałki i gotujemy przez około 20 minut.
- W połowie gotowania dodajemy kaszę jaglaną.
- Gdy kasza i warzywa są miękkie, całość miksujemy, a pod koniec miksowania dodajemy listki tymianku oraz Jabłuszka z morelami Gerber i wlewamy niewielką ilość oleju słonecznikowego.
- Czerwoną paprykę pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 120°C przez 5 minut (możemy też sparzyć we wrzątku).
- Z upieczonej papryki zdejmujemy skórkę, a miąższ przecieramy przez sitko i następnie mieszamy z oliwą z oliwek.
- Ciepłą zupę kalafiorowo-pietruszkową suto skrapiamy zmiksowaną papryką.





# O jak Owocowe sosy dodane do kurczaka z kaszą jaglaną

## Składniki

- Delikatny kurczak Gerber: 1 słoiczek
- Kasza jaglana: 2 płaskie łyżki
- Woda: max. 5 płaskich łyżek
- Olej rzepakowy: 1 łyżeczka
- Czarna porzeczka świeża lub mrożona: 2 łyżki
- Żurawina mrożona: 2 łyżki
- Cukier: 1 łyżeczka
- Bazylia świeża: 4 - 6 listków

## Przybory kuchenne

- rondel, deska do krojenia, nóż, sitko

## Sposób przygotowania

- Kaszę jaglaną gotujemy do miękkości, a pod koniec gotowania dodajemy Delikatnego kurczaka Gerber oraz łyżeczkę oleju rzepakowego.
- Gdy kaszka jest gotowa, dodajemy bardzo drobno pokrojone listki świeżej bazylii (najlepiej sparzonej przed pokrojeniem).
- Porzeczki czarną przelewamy wrzątkiem, po czym przecieramy przez gęste sitko (nie miksujemy) i doprawiamy szczyptą cukru.
- Rozmrożoną żurawinę przelewamy wrzątkiem, po czym przecieramy przez gęste sitko (nie miksujemy) i doprawiamy szczyptą cukru.
- Kaszkę z kurczakiem i bazylią wykładamy na talerzyk i wokół wylewamy niewielkie ilości ciepłego sosu żurawinowego i z czarnej porzeczki.





po 6. miesiącu

alergeny: produkt zawiera mleko i miód

# Jak Polędwiczka cielęca kwaśno-słodka z winogronami



## Składniki

- Sok z wyciśniętej cytryny: 1 łyżka
- Miód akacjowy lub wielokwiatowy: 1 płaska łyżeczka
- Polędwiczka cielęca: 150 g
- Nestlé Sinlac: do oprószenia mięsa
- Olej: 1 łyżka
- Jabłko Winogrona 100% sok Gerber: 1 buteleczka
- Śmietanka: 1 łyżeczka
- Masło: 1 łyżeczka
- Sól
- Winogrona rodzynkowe bezpestkowe: 150 g
- Listki świeżej mięty

## Przybory kuchenne

- rondel, deska do krojenia, nóż, patelnia

## Sposób przygotowania

- Świeżo wyciśnięty sok z cytryny chwilę gotujemy, po czym dodajemy miód i po zagotowaniu zdejmujemy z ognia.
- Mięso kroimy w cienkie plastry i solimy, a następnie oprószyć Nestlé Sinlac.
- Smażymy na oleju z odrobiną masła.
- Podsmażone plasterki cielęciny przekładamy do rondelka, podlewamy sokiem Gerber oraz odrobiną śmietanki i dusimy na wolnym ogniu do miękkości.
- Na koniec do polędwiczki dodajemy sos oraz połówki winogron bez skórki i pestek, posypując je drobno pokrojonymi listkami świeżej mięty.



po 12. miesiącu

alergeny: produkt zawiera  
jaja i mleko

# R jak Ryż na mleku z jabłkami i śliwkami



## Składniki

- Jabłuszka Gerber: 1 słoiczek
- Jabłko: 1 sztuka
- Śliwki Gerber: 1 słoiczek
- Śliwki świeże: 2 sztuki
- Mleko NAN OPTIPRO® 3: 200 ml przygotowanego wg przepisu na opakowaniu
- Ryż: 100 g
- Miód: 2 łyżeczki (można zastąpić cukrem)
- Jabłko Winogrona 100% sok Gerber: 1 buteleczka

## Przybory kuchenne

- rondelak, deska do krojenia, nóż

## Sposób przygotowania

- Jabłuszka Gerber przekładamy do rondelka i dodajemy sporo obranego jabłka pokrojonego w drobną kostkę, a następnie gotujemy na wolnym ogniu.
- Śliwki Gerber przekładamy do drugiego rondelka i dodajemy sporo świeżych śliwek pokrojonych w drobną kostkę, a następnie gotujemy.
- Ryż gotujemy z mlekiem modyfikowanym NAN OPTIPRO® 3, a pod koniec gotowania – kiedy ryż jest już bardzo miękki – dosładzamy delikatnie miodem, następnie dzielimy na pół i jedną część mieszamy z jabłkami, a drugą ze śliwkami.
- Uwaga! Do obu porcji ryżu można dodać cynamon.
- Sok Gerber wlewamy do rondelka i odparowujemy około połowę objętości.
- Tak przygotowanym sokiem polewamy ryż z jabłkami i ryż ze śliwkami.



po 8. miesiącu

alergeny:  
produkt zawiera mleko

# S jak Soczewica i pomidory w zupie



## Składniki

- Soczewica czerwona: 80 g
- Pomidory duszone: 60 g
- Zupka jarzynowa Gerber: 1 słoiczek
- Kolendra świeża: 1 pęczek
- Marchew: 30 g
- Masło: 10 g

## Przybory kuchenne

- rondel, deska do krojenia, nóż, chochła, patelnia

## Sposób przygotowania

### Przygotowanie warzyw i ziół:

- Marchewkę obieramy i kroimy w drobną kostkę.
- Pokrojoną marchewkę szklimy na maśle, po czym kropimy odrobiną wody i podduszamy.
- Soczewicę gotujemy do miękkości w lekko osolonej wodzie, po czym odcedzamy.
- Kolendrę kroimy drobno.

### Przygotowanie zupy:

- Do gorącej Zupki jarzynowej Gerber dodajemy ugotowaną soczewicę i doprawiamy solą.
- Do tak przygotowanej zupki dodajemy marchewkę, po czym gotujemy co najmniej 2 - 3 minuty na bardzo wolnym ogniu.
- Pod koniec gotowania dodajemy duszone pomidory i kolendrę.

po 8. miesiącu

alergeny: produkt zawiera mleko, gluten i pszenicę

# Ś jak Śliwki i jabłka w zupce z kurczaka

## Składniki

- Marchewka: 100 g
- Por, białe części: 60 g
- Pietruszka, korzeń: 40 g
- Masło: 1 łyżeczka
- Udka z kurczaka b/k i b/skóry: 80 g
- Delikatny kurczak Gerber: 1 słoiczek
- Śmietanka: 2 - 3 łyżki
- Jabłka: max. ½ sztuki
- Śliwki: 1 sztuka
- Sól
- Wyszuszony i pokruszony miąższ bułki pszennej

## Przybory kuchenne

- patelnia, deska do krojenia, nóż, mikser, sitko, garnek

## Sposób przygotowania

- Pokrojoną w kostkę marchewkę i białe części porów oraz pietruszki smażyjemy lekko na maśle, dolewamy wody oraz dodajemy mięso z udek kurczaka.
- Gotujemy do miękkości, następnie wyjmujemy kurczaka, warzywa miksujemy, a następnie przecieramy przez sitko.
- Tak przygotowaną zupkę doprowadzamy do wrzenia, dodajemy śmietankę oraz Delikatnego kurczaka Gerber.
- Zupkę doprawiamy do smaku i dodajemy pokrojone w drobną kostkę ugotowane mięso z kurczaka oraz sparzone i pokrojone w kostkę obrane jabłka i śliwki.
- Zupkę podajemy posypaną miąższem z uprzednio wysuszonej i rozdrobnionej bułki.

Uwaga! Całą zupkę możemy zmiksować i podać młodszym dzieciom, w wieku 6 miesięcy.





po 9. miesiącu

alergeny: produkt zawiera mleko i seler

# Tak Truskawki i jabłko w czerwonym barszczu

## Składniki

- Buraki świeże: 300 g
- Marchew: 80 g
- Pietruszka, korzeń: 20 g
- Seler, korzeń: 20 g
- Jabłko 100% sok Gerber: 1 buteleczka
- Sok z wyciśniętej cytryny: 1 płaska łyżeczka
- Jabłko: ½ małej sztuki
- Majeranek suszony: ½ płaskiej małej łyżeczki
- Sól i cukier
- Truskawki świeże lub mrożone: 80 g
- Ser biały: 120 g
- Miśkopty Nestlé

## Przybory kuchenne

- garnek, nóż, deska do krojenia

## Sposób przygotowania

- Buraki oraz pozostałe warzywa kroimy w cienkie plastry i przekładamy do garnka.
- Warzywa zalewamy sokiem Gerber i uzupełniamy wodą, dosypujemy majeranek, sól, cukier i kropimy sokiem z cytryny.
- Gotujemy nie dłużej niż 4 - 5 minut, po czym pozostawiamy na minimum 2 - 3 godziny, następnie przecedzamy, dodajemy sparzone i pokrojone truskawki oraz jabłka.
- Do tak przygotowanej zupy dodajemy pokruszony biały ser. Zupę podajemy z Miśkoptami.

Uwaga! Zupkę można zmiksować i podawać dzieciom od 6. miesiąca.

