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

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag

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 Fruchtpüree 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
– Fleischpüree 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
Fleischpüree 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-Apfel-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-Apfel-Ketchup 96

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag

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
– Gemüseallerlei 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

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag

– 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
– Mangoeis am Stiel 101
– Mango-Mix mit Joghurt 77
MILCH
– Apfelpfannkuchen 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

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag

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

kundenservice.thieme.de | Lektorat TRIAS Verlag, Postfach 300504, 70445 Stuttgart

/trias.tut.mir.gut /trias_verlag /triasverlag www.trias-verlag.de/newsletter

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag

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

TRIAS, einer der führenden Ratgeberverlage im Bereich Gesundheit, gehört zur Thieme Gruppe, marktführender Anbieter medizinischer Fachinformationen und Services. Anspruch der Thieme Gruppe ist es, den im Gesundheitswesen tätigen Berufsgruppen sowie allen an Gesundheit Interessierten genau die Informationen und Angebote bereitzustellen, die sie in einer bestimmten Arbeitssituation oder Lebensphase benötigen. Durch die hohe Qualität und zielgruppenspezifische Relevanz der angebotenen Leistungen bereitet Thieme den Weg für eine bessere Medizin und mehr Gesundheit im Leben.

Thieme

aus: Rieber, Die besten Babybreie (ISBN 9783432116624) © 2022 TRIAS Verlag