Ein Rezept von **Tiny Spoon** · Julia Radtke

Brei / Glutenfrei / Kinder / Super Food /

Süßkartoffelbrei

Ein Baby mit einem Brei zu beglücken, ist gar nicht so einfach, wie es klingen mag. Flynn war sehr wählerisch, was die Auswahl des Breis angeht. Als ich ihm das erste Mal Süßkartoffeln angeboten habe, habe ich sie geschält, kleingeschnitten und in Wasser gekocht. Anschließend wurde fleißig der Pürierstab geschwungen. Die Begeisterung auf seiner Seite war nur mäßig. Aber auf meiner, zugegebener Maßen, auch. Was da vor uns beiden stand, war ein wässriger und wenig aromatischer Brei. Und so klein Flynn war, wusste er wahrscheinlich schon instiktiv, dass das nicht alles gewesen kein kann, was man aus einer Süßkartoffel rausholen kann. Also, nächster Versuch! Diesmal habe ich einfach eine ganze Süßkartoffel in den Backofen gelegt und sie dort garen lassen. Nicht nur die Farbe versprach einen intensiven Geschmack. Der Brei bei dieser Zubereitungsart war so gar nicht mit dem ersten zu vergleichen – süß und herrlich cremig! Es hat ihm super geschmeckt. Und mir ebenfalls. Und so hat mir mein kleines Baby schon früh beigebracht, dass Süßkartoffelbrei nicht gleich Süßkartoffelbrei ist!

Zutaten für 1 Portion

- 1 - Süßkartoffel
- 0.5 TL - Butter
- 1 Prise - Zimt

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen und die Süßkartoffel für ca. 40 Minuten backen.
2. Anschließend die Süßkartoffel längs halbieren und das Innere mit einem Löffel aushöhlen.
3. Den Kartoffelinhalt in einer Schüssel mit der Butterflocke und der Prise Zimt verrühren und servieren.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia