



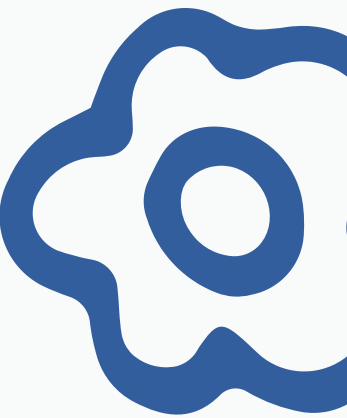
Recette

Soupe vitaminé pour Bébé!

Dès 6 mois

Temps de préparation :

Voici ce qu'il vous faut pour réaliser une super soupe pour bébé (pour environ 550ml de soupe) :



- 200g de carotte (2 belles carottes)
- 100g de blanc de poireau (1 beau blanc de poireau)
- 50g de céleri branche (1 tige de céleri branche)
- 200g de pomme de terre (2 belles pommes de terre)
- De l'eau pour la cuisson vapeur
- 2 cuillères à café d'huile de tournesol

Préparation:

- 1) Laver et couper en petits morceaux tous vos légumes
- 2) Les cuire à la vapeur pendant environ 15 à 20 minutes
- 3) Une fois la cuisson de nos légumes terminés, on les mixe en ajoutant de l'eau selon la préférence de la texture (plus ou moins liquide).
- 4), Avant de servir on ajoute 1 petite cuillère à café par portion d'huile de colza ou d'olive



Bon appétit !

