

Rezept

Zucchini-brei mit Lamm

Ein Rezept von Zucchini-brei mit Lamm, am 26.04.2024

Zutaten

250 g Kartoffeln

100 g Lammhackfleisch

4-6 knappe EL Rapsöl

300 g Zucchini

300 g Tomaten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-5 Portionen ab dem 6. Monat | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen und mit Schale in 20-25 Min. gar kochen. Gleichzeitig die Zucchini waschen, putzen und klein schneiden. Mit dem Lammfleisch zugedeckt 15 Min. dünsten.

2. Die Tomaten kreuzweise einritzen und mit kochendem Wasser überbrühen. Die Haut abziehen, das Fruchtfleisch würfeln.

3. Die Kartoffeln pellen, in Stücke schneiden und mit Tomaten zum Zucchini-Lamm geben. Alles fein pürieren, abkühlen lassen und portionsweise einfrieren. 1 knappen EL Öl vor dem Einfrieren oder nach dem Auftauen zu jeder Portion geben.