PAPINHA DO BEBÊ

INGREDIENTES

tempero caseiro sem óleo (cebola, alho,salsa,etc)

1 tipo de proteína (músculo, peito de frango, etc)

2 tipos de tubérculos (batata, cenoura, beterraba, cará, inhame, etc)

1 tipo de legume (tomate, abobrinha, abóbora,etc)

MODO DE PREPARO

Lave as mãos antes do preparo.

Na panela de pressão, coloque água fervente, o tempero caseiro e a carne, deixando cozinhar até amolecer bem a carne.

Enquanto isso, corte os tubérculos e o legume.

Quando a carne estiver bem macia, acrescente os vegetais cortados e deixe cozinhar tudo junto até amolecer.

Sirva amassadinho com o garfo e regado por um fio generoso de azeite.

Depois da adaptação do bebê a essa papinha, depois de alguns meses, pode-se acrescentar um tipo de grão e um tipo de folha aos ingredientes, cozinhando o grão em separado.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40534-papinha-do-bebe.html