

Il brodo vegetale

Per bambini da 5 a 7 mesi

Primo

🕒 pronto in: 25 min
🕒 tempo cottura : 18min

difficoltà: 🍴🍴🍴

INGREDIENTI PER 2-3 PORZIONI DA 200-250G

1 patata a pasta bianca o gialla
1 carota
1 zuccina
3 ecodosi d'acqua



PREPARAZIONE

› Sbucciate la patata, pelate la carota, spuntate la zuccina. Lavate molto bene le verdure e disponetele nella pentola a pressione. Aggiungete 3 ecodosi d'acqua senza sale né dado. Chiudete il coperchio e mettete la pentola su un fuoco di media dimensione a fiamma alta. Dal sibilo dimezzate la potenza della fonte di calore e cuocete per 12 minuti. Togliete dal fuoco, lasciate sfiatare e aprite il coperchio.

› Filtrate il brodo e utilizzate subito quello necessario alla preparazione della pappa. Conservate il brodo restante in frigorifero per 24 ore oppure suddividetelo in porzioni e conservatelo in freezer in vaschette individuali. Per scongelare il brodo mettetelo nel microonde per un paio di minuti o riscaldatelo a fuoco basso in una piccola casseruola.

CONSERVAZIONE

Possibilità di conservare in frigorifero : **sì**
Possibilità di conservare in freezer : **sì**

Ricetta realizzata da



Tempo cottura / Ecodosi

Pentola 1 pressione
Tempo cottura : **12 minuti**
Ecodosi : **3**

Pentola 2 pressioni
Tempo cottura : **12 minuti**
Ecodosi : **3**
Posizione: **1**



Pentola
a 1 pressione



12'



3



Pentola
a 2 pressioni



12'



3



POS.

1 Ecodose = 250ml