СНАКС

Нежно пюре от цвекло и ябълка



Сладко пюре, което въвежда цвеклото по нежен начин за най-малките. Лесно се готви, а цветът му обикновено предизвиква усмивка на масата.

Подготовка: 10 мин **Готвене:** 35 мин **Общо:** 45 мин **Порции:** 4
Възраст: От 8 месеца **Трудност:** Лесно

Алергени: без основни алергени

Съставки

- 1 средно цвекло
- 2 ябълки
- 1 ч.л. зехтин
- 300 мл. вода

Начин на приготвяне

1. Обелете цвеклото и го нарежете на малки кубчета.
2. Обелете ябълките, отстранете сърцевината и също ги нарежете на кубчета.
3. Сложете цвеклото в тенджера с водата и го оставете да къкри под капак около 20 минути на слаб огън.
4. Добавете ябълките и продължете готвенето още 10-15 минути, докато всичко омекне напълно.
5. Прехвърлете цвеклото и ябълките в купа за блендиране заедно с малко от течността, в която са се готвили.
6. Добавете зехтина и пасирайте до гладко пюре.
7. Ако пюрето е прекалено гъсто, добавете още малко от течността, за да достигнете желаната консистенция.
8. Оставете да се охлади до подходяща температура и поднесете на детето.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворен съд в хладилника до 2 дни.
- Преди повторна консумация разбъркайте добре и при нужда затоплете леко.

Замразяване

- Разпределете пюрето на малки порции в кутийки за замразяване и съхранявайте до 1 месец.
- Размразете в хладилника през нощта и разбъркайте добре преди повторна консумация.

Съвети

- Можете да добавите щипка канела за по-топъл аромат.
- За по-гладка текстура прекарайте пюрето през сито след блендиране.
