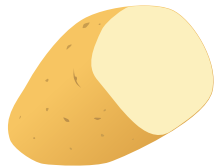


Dal 4°-6° mese

Pappa di verdura e patate



100 g di verdura

50 g di patate

1-2 cucchiaini di olio di colza

Lavate la verdura e le patate, preparatele e tagliatele in piccoli pezzi. Immergetele in poca acqua, senza sale e senza brodo e portate a ebollizione, quindi lasciate cuocere per circa 8 minuti. Passate il tutto riducendolo a una purea fine. Unite l'olio di colza e mescolate. Se la pappa è troppo densa, potete aggiungere un po' di acqua.

Suggerimento:

- Potete preparare la pappa anche a partire da una combinazione di due tipi di verdura che il vostro bambino conosce già. Il rapporto tra la verdura (2/3) e le patate (1/3) resta lo stesso.

