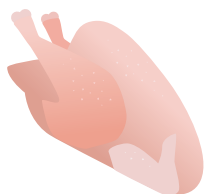


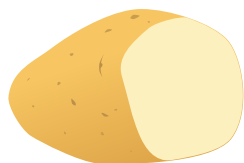
Dal 4°-6° mese

# Pappa di verdura, patate e carne



- 100 g di verdura (ad es. carote)
- 50 g di patate
- 10 g di carne magra (ad es. manzo, maiale, agnello o pollame)
- 1-2 cucchiaini di olio di colza

Preparate le verdure e le patate. Lavate la carne e asciugatela con un panno di carta assorbente. Tagliate tutto in piccoli pezzi e fate cuocere insieme in poca acqua (senza sale e brodo) per circa 10 minuti. Successivamente riducete in purea fine, unite l'olio di colza e mescolate. Se la pappa è troppo densa, potete aggiungere un po' di acqua.



Pappa di verdura, patate e carne (variante):

- Al posto dei 50 g di patate potete utilizzare 10-15 g di riso, pasta o semolino (peso a secco).
- La carne può essere sostituita dalla stessa quantità di filetto di pesce senza spine (ad es. salmone) o da un po' di uovo.

