

BROTSUPPE MIT GEMÜSE & KÄSEWÜRFELN

Sämige Brotsuppe mit mildem Gemüse und weichen Käsewürfeln – nährstoffreich, weich und perfekt ab 12 Monaten

Diese herzhafte Brotsuppe ist eine tolle Resteverwertung und dabei ein echter Nährstofflieferant: Weiches Vollkornbrot wird mit gegartem Gemüse zu einer cremigen Suppe verarbeitet, die mit kleinen Käsewürfeln verfeinert wird. Das Ergebnis ist ein wohlig-warmes, sättigendes Familiengericht für kleine Esser. Die Suppe kann je nach Alter stückig oder fein püriert serviert werden – ideal für gemütliche Mahlzeiten am Familientisch.



Zutaten (1 Portion)

- 1 Scheibe weiches Vollkornbrot
- 1 kleine Kartoffel (ca. 100 g)
- 1 kleine Möhre
- 1 kleines Stück Zucchini oder Brokkoli
- 200 ml Wasser oder milde Gemüsebrühe (ungesalzen)
- 1 TL Rapsöl oder Butter
- 1-2 TL milder Käse in kleinen Würfeln (z. B. junger Gouda oder Mozzarella)

Zubereitung

1. Gemüse schälen, klein schneiden und mit Wasser oder Brühe ca. 10–15 Minuten weich kochen.
2. Brot klein zupfen, zum Gemüse geben und alles zusammen pürieren oder grob zerdrücken.
3. Öl oder Butter untermischen und leicht abkühlen lassen.
4. Käsewürfel kurz vor dem Servieren darüberstreuen oder unterheben.
5. Lauwarm servieren.

Tipps zum Rezept

Käsewürfel am besten weich und mild wählen – sie dürfen leicht schmelzen, aber nicht zu salzig sein.

Statt püriert kann die Suppe auch stückig mit Brotstücken und gegartem Gemüse gereicht werden.

Reste lassen sich gut aufwärmen und auch am nächsten Tag noch verwenden.

Mehr Infos zur sicheren Beikosteinführung findest du auf: kindergesundheit-info.de

Hat dir das Rezept gefallen?

Wenn du magst, kannst du mir eine kleine Freude machen und meine Arbeit mit einem freiwilligen Beitrag unterstützen.

[Jetzt unterstützen über PayPal](#)

Danke, dass du hier bist – du hilfst mit, myminimeal weiter wachsen zu lassen. ☺