

GEMÜSECREMESUPPE MIT BROT & BUTTER

Gemüsecremesuppe mit Brot und Butter – mild, nahrhaft und perfekt als Familiengericht ab 12 Monaten

Diese warme Suppe kombiniert weich gegartes Gemüse mit einer sanften, cremigen Konsistenz – genau richtig für kleine Kinder, die sich langsam an Löffelmahlzeiten gewöhnen. In Kombination mit einer kleinen Scheibe weichem Brot und etwas Butter entsteht eine vollwertige, gut sättigende Mahlzeit. Die Suppe ist vielseitig, einfach vorzubereiten und ideal für gemeinsame Familienmomente am Tisch.



Zutaten (1 Portion)

- 1 kleine Kartoffel (ca. 100 g)
- 1 Möhre
- 1 kleines Stück Brokkoli oder Zucchini
- 200 ml Wasser oder ungesalzene Gemüsebrühe
- 1 TL Rapsöl oder 1 TL Butter
- 1 Scheibe weiches Vollkornbrot
- 1 TL weiche Butter zum Bestreichen

Zubereitung

1. Gemüse waschen, schälen (wenn nötig) und klein schneiden.
2. Mit Wasser oder Brühe ca. 10–15 Minuten weich kochen.
3. Mit Öl oder Butter pürieren, ggf. etwas Kochflüssigkeit für cremige Konsistenz zugeben.
4. Brot in Streifen oder Würfel schneiden, mit Butter bestreichen.
5. Suppe leicht abkühlen lassen und zusammen mit dem Brot servieren.

Tipps zum Rezept

Für mehr Abwechslung Gemüse je nach Saison anpassen – z. B. Kürbis, Pastinake oder Erbsen.

Brot kann auch als „Suppenstangerl“ gereicht werden – ideal zum Tunken. Suppe lässt sich gut einfrieren oder vorbereiten und im Thermobehälter mitnehmen.

Mehr Infos zur sicheren Beikosteinführung findest du auf: [kindergesundheit-info.de](https://www.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. ☐