

3. Lachs in mundgerechte Stücke schneiden.
4. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten.
5. Lachs zugeben und von allen Seiten kurz anbraten.
6. Erbsen hinzufügen und 5 Minuten mitgaren.
7. Gekochten Reis unterheben, mit Petersilie bestreuen und servieren.

Tipps zum Rezept

Für eine cremigere Variante kann ein Esslöffel Frischkäse untergerührt werden. Das Gericht eignet sich gut zum Einfrieren in Portionsgrößen. Wer mag, kann den Lachs auch durch Hähnchen oder Tofu ersetzen. Frische Kräuter wie Dill passen ebenfalls hervorragend.

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. ☐