



Sorgente

Koemelkvrij



Bananenmoes



Bananenmoes

Geschikt vanaf 4-6 maanden

Koemelkvrij | Per portie | 149 kcal | 2 g eiwit

Bananenmoes

Als uw kindje tussen de 4 en 6 maanden is, kunt u alvast beginnen met kleine oefenhapjes. Oefenhapjes zijn nog niet ter vervanging van de fles- of borstvoeding. Vanaf 6 maanden heeft uw kindje vaste voeding nodig naast de fles- of borstvoeding.

In dit recept wordt een hypoallergene dieetzuigelingenvoeding toegepast. U kunt hiervoor alle merken hypoallergene dieetzuigelingenvoeding gebruiken.

Ingrediënten per portie (à 100 g)

- 1 maatschepje hypoallergene zuigelingenvoeding met 30 ml water
- 1 banaan

In dit recept is uitgegaan van 1 maatschepje zuigelingenvoeding per 30 ml water. Controleer altijd op de verpakking de exacte verhouding van de voeding voor uw kindje en pas dit indien nodig aan.

Bereiding

1. Schil de banaan en snijd in kleine stukjes.
2. Meng de zuigelingenvoeding met het water in een kom. Gebruik hiervoor een garde of vork.
3. Voeg de banaan toe aan de aangemaakte voeding en mix met een staafmixer of blender totdat een gladde massa ontstaat.

Suggesties

- Maak een snelle bananenpap door 2 eetlepels rijstebloem toe te voegen aan de moes.
- Vervang de banaan door $\frac{1}{4}$ meloen of $\frac{1}{2}$ mango.

Bekijk meer recepten op: www.sorgente.nl/koemelkvrije-recepten.
Heeft u zelf ook een lekker recept?
Stuur het naar teamkindercare@sorgente.nl



De voedingswaarden in dit recept zijn een indicatie en hangen af van de gebruikte voeding. Voor de berekening is de gemiddelde samenstelling van dieetzuigelingenvoeding gebruikt.