

Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

LES RECETTES BEBE



Recettes cookeo dans la joie et la bonne humeur

Compote bébé pomme abricot
cannelle
bébé dès 6mois

Mélanie Lavenant

Ingrédients :

- 3 pommes
- 6 abricots
- cannelle
- 1 demi verre d'eau

Mettre à dorer les fruits coupés en morceau avec le demi verre d'eau passer en cuisson rapide 5 minutes une fois la cuisson terminée mettre dans le mixeur avec de la cannelle (une demi cuillère a café a peu près) si cela est trop acide rajouté de la cannelle qui va enlever l'acidité et qui est bien mieux que le sucre

Compote pomme abricot sec

Bébé de 6 à 8 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

2 pommes
6 abricots sec moelleux
8 cuillères à soupe d'eau

Eplucher ,couper les pommes en 8
Couper les abricots sec en 4
Mettre dans le cookeo avec l'eau
cuisson rapide 15 min
Mixer ou passer au moulin à légumes

Compote pomme banane chocolat
bébé à partir de 9mois

Mélanie Lavenant

Ingrédients :

- 3bananes
- 3pommes
- 3 carrés de chocolats noir
pâtissier
- un demi verre d'eau

En mode doré faire revenir les pommes
couper en morceau avec les morceaux
de bananes et le demi verre d'eau
Passer en cuisson rapide 5 minutes avec
les carrés de chocolats une fois la
cuisson terminée mettre dans le mixeur
(compote bébé qui conviens a toute la
famille le chocolat permet d'évité le sucre)

Compote pomme banane pruneau

Bébé de 6 à 8 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingédients :

2 pommes
1 banane
4 pruneaux (mis à réhydrater la veille
dans un peu d'eau)
1/4 de gousse de vanille
8 cuillère à soupe d'eau

Eplucher, épépiner et couper les pommes en 8
Epluchez la banane, couper la en rondelles
Dénoyer les pruneaux et couper les en 2
Mettre les fruits, les 1/4 de la gousse de vanille
raclée et l'eau dans cookeo
Cuisson rapide 15min
Mixer ou passer au moulin à légumes
Vous pouvez remplacer les pruneaux par
2 belles dattes.

Compote pomme fraise cannelle

Bébé de 6 à 8 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

1 pomme
8 fraises
1 pincée de cannelle en poudre
8 cuillères à soupe d'eau

Eplucher, épépiner et couper la pomme en 8
Laver les fraises et équeuter les, si elles sont
grosses couper les en 2
Mettre eau, fruits et cannelle dans le cookeo
Cuisson rapide 10 min
Mixer
Conserver le reste au congélateur

Attention la fraise peut être allergène surveiller
l'enfant si c'est sa première fois !

Compote pomme fruits rouges

Bébé de 6 à 8 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

1 pomme
8 fraises
1/2 barquette de framboises
6 cerises
8 cuillères à soupe d'eau

Eplucher, épépiner et couper la pomme en 8
Lavez les fraises, équeuter les et couper les en 4
Laver, équeuter et retirer les noyaux des cerises
coupez les en 2
Laver légèrement les framboises
Mettre l'eau et tous les fruits dans le cookeo
Cuisson rapide 10 min
Mixer et passer à la passoire pour enlever
les petits grains de framboises

Attendez l'autorisation du pédiatre avant
d'incorporer les fruits rouge dans l'alimentation
de l'enfant

Compote bébé pomme poire
caramélisé biscuit (palet breton)

bébé dès 9mois

Mélanie Lavenant

Ingrédients :

- 3 pommes
- 3 poires
- 2 palet breton
- 1 demi verre d'eau

En mode doré mettre les pommes coupé et les poires coupé une cuillère a soupe d'eau faire revenir jusqu'à ce qu'elles caramélisent remuer ajouter le demis verre d'eau et les palets breton broyer remuer à nouveau cuisson rapide 5minutes à la fin de cuisson mettre dans le mixeur (conviens aussi bien à toute la famille le palet breton évite le sucre)

cookeo

Compote pomme poire citron

Bébé de 6 à 8 mois

Marilyn Lyna Labrousse

Ingrédients :

2 pommes
1 poire
le jus d'1/2 citron jaune ou vert
pour un petit goût plus exotique
8 cuillères à soupe d'eau

Eplucher, épépiner et couper les pommes et la poire en 8
Mettre tous les fruits et le jus de citron et l'eau dans le cookeo
Cuisson rapide 10 min
Mixer ou passer au moulin à légumes
N'hésiter pas avec juste 1/2 citron bébé ne risque pas de faire trop la grimace et cela lui apprend de nouvelle saveur
Conserver le reste au congélateur

Idées de compotes

Marilyn Lyna Labrousse

Bébé de 4 à 6 mois

Ingrédients :

Pomme
Poire
Pomme/poire
Banane
Pomme/banane
Pomme/poire/banane
Pomme/pêche/menthe
Pomme/banane/orange

Faire cuire les fruits en
morceaux avec très peu d'eau
Cuisson 5 minutes et mixer