



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

GULERODS/KARTOFFELMOS – FRA 4 MÅNEDER

INGREDIENSER:

4-5 portioner

3 gulerødder

2 kartofler

1 ½ spsk. rapsolie

1 ¼ dl vand



SÅDAN GØR DU:

Skyl og skræl gulerødderne og kartoflerne, og skær dem i små stykker.

Put dem i en gryde med vand, og lad dem koge under låg i cirka 15 minutter, eller indtil stykkerne er bløde.

Tilsæt rapsolien og mos de kogte gulerødder og kartofler sammen med kogevandet, indtil det har en jævn konsistens.

Server mosen lun.