

# Inhaltsverzeichnis

## **Mittagsbrei**

<b>Grundrezepte – Mittagsbrei</b>	<b>6</b>
<b>Blumenkohl-Kartoffel-Brei</b>	<b>8</b>
<b>Gurken-Kartoffel-Brei mit Pute</b>	<b>11</b>
<b>Tomatenbrei</b>	<b>12</b>
<b>Graupenbrei mit Lamm</b>	<b>15</b>
<b>Gemüsesuppe</b>	<b>16</b>
<b>Brokkolibrei mit Lachs</b>	<b>19</b>
<b>Gemüseallerlei</b>	<b>20</b>
<b>Zucchini-Tomaten-Brei mit Nudeln</b>	<b>23</b>
<b>Erbsenbrei mit Süßkartoffeln</b>	<b>24</b>
<b>Kohlrabi-Möhren-Brei mit Nudeln</b>	<b>27</b>
<b>Ratatouille</b>	<b>28</b>
<b>Zucchini-Reis-Brei</b>	<b>30</b>
<b>Spinat-Kartoffel-Brei</b>	<b>31</b>
<b>Spaghetti Bolognese</b>	<b>32</b>
<b>Couscousbrei</b>	<b>35</b>
<b>Tomatenpolenta</b>	<b>36</b>
<b>Gulasch</b>	<b>39</b>
<b>Spätzle in Gemüse</b>	<b>40</b>

## **Nachmittagsbrei**

<b>Grundrezept – Nachmittagsbrei</b>	<b>42</b>
<b>Schneller Zwiebackbrei mit Pflaume</b>	<b>43</b>
<b>Grießbrei mit Erdbeeren</b>	<b>45</b>
<b>Getreide-Mandel-Brei mit Birne</b>	<b>46</b>
<b>4-Korn-Brei mit Avocado</b>	<b>47</b>
<b>Beeren Polenta</b>	<b>48</b>
<b>Reisbrei mit Trauben</b>	<b>50</b>
<b>Babykeksbrei mit Apfel</b>	<b>51</b>

## **Abendbrei**

<b>Grundrezept – Abendbrei</b>	<b>52</b>
<b>Erbeerpolenta</b>	<b>53</b>
<b>Grießbrei mit Nektarine</b>	<b>54</b>
<b>Hirsemilchbrei mit Blaubeeren</b>	<b>55</b>
<b>Korn-Milchbrei mit Banane und Mango</b>	<b>56</b>
<b>Schneller Milchbrei mit Babykeks</b>	<b>57</b>