

# INHALT

## TIPPS UND EXTRAS

---

### Umschlagklappe vorne:

Essen im ersten Jahr

- 4 Aller Anfang ist wichtig
  - 6 Rund ums Stillen
  - 8 Das Milchfläschchen
  - 10 So gedeiht Ihr Baby gut
  - 12 Problemen vorbeugen
  - 14 Was Ihrem Baby gut bekommt
  - 16 Kochen fürs Baby
  - 18 Löffeln will gelernt sein
  - 64 Wie viel darf mein Kind wiegen?
- 

### Umschlagklappe hinten:

Gewichtskurven

## 20 AB DEM FÜNFTEN MONAT GIBT ES BREI!

---

- 22 Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei
- 24 Kohlrabibrei mit Huhn
- 24 Zucchinibrei mit Lachs
- 25 Kürbisbrei mit Rind
- 25 Pastinakenbrei mit Pute
- 26 Spinat-Fisch-Pasta

28	Hühnersuppentopf	54	Snacks und Fingerfood für Babys:
29	Blitzcurry		Orangenmöhren
30	Milch-Getreide-Trinkbrei		Müslibällchen
32	Möhren-Dinkelbrei		Kürbisspalten
32	Beeren-Brei		Popcorn
33	Birnen-Trinkbrei		Rosmarinkartoffeln
33	Grießbrei mit Raspelapfel		Obststückchen und Gemüsesticks
34	Getreide-Obst-Brei		Maroni
36	Frucht-Couscousbrei	56	Was mache ich, wenn ...
36-	Blitzbrei mit Obst	58	Wenn das Baby krank ist ...
37	Pflaumen-Getreidebrei		
37	Bratapfel-Brei	60	Register
		62	Impressum

## **38 SO LERNT IHR BABY RICHTIG ESSEN**

---

40	Der Essalltag mit Ihrem Baby
42	Gemüsenockerl in Spinatrahm
43	Zucchini-Lachsragout mit Bulgur
44	Grünkernbrei & Puffer
45	Stampf-Kürbiskartoffeln mit Entenbrust
46	Konfettireis
46	Mie-Nudeln mit Hühnchen
47	Couscous-Apfel-Schmarrn
47	Polenta mit Ei
48	Gemüsebolognese
49	Gemüse Béchamel
50	Apfel-Haferbrötchen
51	Nuss-Waffeln
52	Fruchtaufstrich
52	Anfänger-Müsli
53	Möhrenaufstrich.
53	Paprikacreme