

Pappa ai carciofi e coniglio

Per bambini da 5 a 7 mesi

Primo

⌚ pronto in: 25 min
⌚ tempo cottura: 11 min

difficoltà:



INGREDIENTI PER 1 PORZIONE

1 grossa patata a pasta bianca o gialla
2 cuori di carciofo
1 pezzetto di bianco di porro di 2 cm
2 ecodosi d'acqua
4-5 cucchiaini di crema di riso istantanea
1/2 vasetto di carne di coniglio liofilizzata o omogeneizzata
1 cucchiaino d'olio extravergine d'oliva

PREPARAZIONE

› Sbucciate la patata, lavatela, tagliatela a pezzi e disponetela nella pentola con 2 ecodosi d'acqua senza sale né dado. Lavate il porro diviso a metà e i cuori di carciofo e uniteli alla patata. Chiudete il coperchio e mettete la pentola su un fuoco di media dimensione a fiamma alta. Dal sibilo dimezzate la potenza della fonte di calore e cuocete per 6 minuti. Togliete dal fuoco, lasciate sfriolare e aprite il coperchio. Filtrate il brodo, che metterete da parte, e passate le verdure. Prelevate 2 cucchiaini della purea ottenuta e conservate il resto in frigorifero fino a 24 ore o in freezer, già diviso in piccole porzioni. Stemperate la crema di riso in 200-220 grammi di brodo riscaldato in una piccola casseruola con 2 cucchiaini del passato di verdura, unite la carne, mescolate e trasferite la pappa in un piattino. Condite con un cucchiaino d'olio extravergine d'oliva, mescolate nuovamente e servite.

CONSERVAZIONE

Possibilità di conservare in frigorifero : **no**

Possibilità di conservare in freezer : **no**

Ricetta realizzata da



Tempo cottura / Ecodosi

Pentola 1 pressione

Tempo cottura : **6 minuti**
Ecodosi : **2**

Pentola 2 pressioni

Tempo cottura : **6 minuti**
Ecodosi : **2**
Posizione: **1**



1 Ecodoso = 250ml

