

milupa[®]

Ingredient



Cucini lei stessa per il suo bimbo!

Come preparare semplicemente dei pasti equilibrati e sani, fatti con le giuste sostanze nutritive?

Tutti gli esperti in nutrizione concordano: il segreto di un'alimentazione equilibrata e sana sta nel dare al bimbo del cibo diversificato. Ciononostante non è sempre facile, reperire, scegliere e preparare delle buone parti di carne e di pesce.

Dopo averne discusso col pediatra o con la puericultrice, ha deciso di passare ad un'alimentazione solida. Questa fase di diversificazione, che inizia al più presto dopo il 4° mese ed al più tardi dopo il 6° mese, risulta di fondamentale importanza. Fino all'età di 36 mesi il bambino ha bisogno di un'alimentazione specifica, adattata e non può mangiare gli stessi alimenti di un adulto.

*La soluzione per un'alimentazione variata e sana sono: gli **Ingredient** di Milupa. Questi prodotti sono preparati con i migliori pezzi di carne e pesce e sono già pronti. Risultano quindi essere d'aiuto quando cucina dei piatti per il suo bimbo e le garantiscono un apporto sufficiente di nutrienti essenziali (acidi grassi essenziali, omega 3, ferro, ecc...), indispensabili per il buon sviluppo del suo bebè.*

Crema di tacchino e carote

Ingredienti

- 80 g di carote
- 40 g di patate
- 1/3 di vasetto **Ingredient** tacchino

Preparazione

Pelare e lavare le patate e le carote. Tagliare a cubetti, cuocerle separatamente per 20-30 minuti poi scolare tenendo da parte un po' d'acqua di cottura.

*Mentre cuociono le verdure, agitare un po' il vasetto di **Ingredient** tacchino e versare un terzo del suo contenuto in un altro vasetto vuoto (o altro recipiente) per riscaldarlo a bagnomaria per qualche minuto. Frullare quindi le patate incorporando la porzione di tacchino. Frullare poi le carote aggiungendovi un po' d'acqua di cottura, per ottenere una purea cremosa. Servire le due preparazioni separatamente in un piatto.*



*Nella gamma **Ingredient** sono disponibili le varietà: pollo, tacchino, vitello, manzo, salmone e merluzzo.*



Suggerimento

Quando viene introdotto un alimento, meglio attendere 2-3 giorni prima di proporre un nuovo gusto al suo bimbo.



www.milupa-ingredient.ch

Milupa Ingredient è in vendita alla tua Migros