

LEBERWURST FÜR BABYS SELBER MACHEN

LEBERWURST FÜR BABYS SELBER MACHEN

Leberwurst für Babys ist ja so ein Thema für sich – wenn man sich mit anderen Muttis austauscht hat fast jede so einen typischen Großelternsatz beizusteuern. „Mein Sohn konnte sein Leberwurstbrot mit 3 Monaten schon selbst halten“, „Du hast immer so gerne Leberwurst gegessen“, „Aber alle Babys lieben Leberwurst“ oder einfach „ihr seid ja auch alle groß geworden“. Was will man da argumentieren – Leberwurst ist salzig, enthält in den meisten Fällen Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe. Alles Dinge die ein Babys nicht braucht. Was für mich persönlich ausschlaggebend ist ist das Salz. Mit dem kommen die kleinen Nieren nämlich noch gar nicht gut zurecht und da die Babys es ja noch nicht anders kennen vermissen sie es auch noch nicht. In Leberwurst sind nun im Schnitt 30-40% Leber, dann wird je nach Sorte mit Äpfeln, Kräutern und sonstigem Fleisch aufgefüllt. Ich habe für meine Leberwurst, bzw. meinen Leber-Gemüse Aufstrich neben der Leber auch noch etwas Zwiebel, Karotte, Apfel und ein bisschen Estragon in den Topf geworfen. Das Ganze wurde dann mit ein wenig Butter im Mixer fein püriert und nachdem es im Kühlschrank abgekühlt ist hatte man einen wunderbaren Aufstrich für den Nachmittagssnack oder das Abendbrot. Natürlich kann so ein kleines Baby noch nicht die ganze Portion Leberwurst verputzen, aber das ist halb so wild – in Eiswürfel- oder Pralinenförmchen lässt sich die Leberwurst wunderbar einfrieren.

Der kleine Mann ist ein großer Fan von meiner Leberwurst und wenn ihr auch Leberwurst für Babys selber machen wollt, dann solltet ihr dieses Rezept unbedingt ausprobieren – es ist super unkompliziert. Bei uns kommt der Aufstrich in etwa 2x die Woche auf das Brot, wir haben damit angefangen als Der kleine Mann knapp 10 Monate alt war. Außerdem macht es richtig viel Spaß Leckereien für die Kleinsten selber zu machen – und ihr wisst ganz genau was wirklich drin ist!



ZUTATEN FÜR 12 PORTIONEN LEBERWURST:

1 Bio-Hähnchenleber, ca. 60g

2 Karotten

1/2 Apfel

1/2 Schalotte

1 Zweig Estragon

25g Butter, ungesalzen

ZUBEREITUNG:

Die Karotten, die Schalotte und den Apfel schälen und klein würfeln. Die Blätter vom Estragonzweig streifen und klein hacken. Die Hähnchenleber waschen.

In einem kleinen Topf etwas Wasser erhitzen und die Karotten- und Schalottenwürfel hinein geben. Nach 5 Minuten die Leber dazu geben, drei Minuten sprudelnd kochen...



... die Apfelwürfel und den Estragon dazu geben und die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren. Die Leber etwas zerteilen und unbedingt komplett gar ziehen lassen.



Die Leber und das Gemüse mit der Schaumkelle aus dem Sud heben und zusammen mit der Butter in einen kleinen Mixer geben. Fein pürieren und direkt zum Abkühlen in den Kühlschrank stellen. Keine Sorge, der Aufstrich kann nach dem Mixen noch etwas dünner sein, wird aber durch die Butter im Kühlschrank wieder fester. Die Leberwurst in kleine Portionsförmchen füllen, mit Frischhaltefolie abdecken und einfrieren.



Die portionierte Leberwurst ca. 2 Stunden bevor ihr sie braucht im Kühlschrank auftauen lassen.
Auf etwas Brot streichen und begleitet von Obst oder Gemüse auf den Tisch stellen.



Zur Snack-Zeit übt Der kleine Mann „alleine“ zu essen - entsprechend groß ist oft die Schmadderei. Aber was soll's, Hauptsache es schmeckt und macht Spaß. Zum Glück ist der süße, BPA freie Rhino-Teller* stabil - wenn ich nicht aufpasse testet Der kleine Mann nämlich immer wieder mal ob der Teller auch wirklich noch scheppert wenn er vom Tisch fliegt... gefolgt von der Unterlage* die so schön „klatsch“ macht wenn sie auf dem Boden landet ☐

Viel Spaß beim kochen!

