



### Zupka jarzynowa z dynią i selerem – dla niemowląt po 7 miesiącu

Kolejna zupka, która mojej Małej baaardzo posmakowała. A ja kolejny raz podjadałam (niby żeby sprawdzić, czy nie za gorąca;)).

Tak w ogóle, to moja Córcia dyni nie lubi ☹ i obiadku z samej dyni i ziemniaka nawet nie tknie. Ale tak przemycona, w towarzystwie innych warzyw zajada, a na koniec krzyczy, że się skończyło ☹ Dodatek selera, pietruszki i koperku sprawia, że zupka jest bardzo aromatyczna ☹

#### **Składniki:**

- 1,5 dużego ziemniaka
- 1 średnia marchewka
- 3 łyżki dyni pokrojonej w kostkę
- 1 łyżeczka pokrojonej w kosteczkę pietruszki
- 1 łyżeczka pokrojonego w kostkę selera
- 1 czubata łyżeczka posiekanego koperku
- 1 łyżka oleju rzepakowego

#### **Sposób przygotowania:**

Warzywa dokładnie myjemy i obieramy. W niewielkim garnuszku zagotowujemy trochę wody, wrzucamy pokrojoną w drobną kostkę marchewkę, pietruszkę i seler, po 5 minutach dorzucamy pokrojonego ziemniaka, a po 2 minutach kosteczki dyni. Gotujemy do miękkości, dolewamy olej, zagotowujemy. Po zestawieniu z gazu dodajemy posiekany koperek Całość blendujemy do uzyskania konsystencji odpowiedniej dla dziecka.

