

BABYVENLIGE GRØNTSAGSBRØD

Opskrift til 8

Babyvenlige grøntsagsbrød er som titlen siger helt perfekte til de små snuder. Men det er nu ikke kun Arthur der nyder godt af de her hjemme hos os. Vi andre er også helt vilde med dem. De smager så godt, de er super nemme og så er de et yderst sundt alternativt til den klassiske parisertoast.

Forberedelsestid

10 min

Tilberedelsestid

20 min

Samlet tid

30 min

Ingredienser

- 200 g blomkål
- 100 g spinat
- 2 æg
- 3 spsk. olie
- 1 tsk. salt og et drys peber (kan undlades hvis de udelukkende laves til små børn)
- 50 g mel
- 50 g havregryn

Sådan gør du

1. Rengør blomkål og skær blade og det meste af buketterne fra. Kom blomkål i en blender
2. Skyl spinat og kom ved
3. Tilføj æg, olie, salt og peber og blend det rundt
4. Kom nu mel og havregryn i og blend igen
5. Smør det hele ud på en bageplade beklædt med bagepapir, så det danner en firkant på 3-4 ml højde
6. Bag i ovnen på 200 grader i 15-20 minutter alt efter hvor tykt et lag du har smurt ud
7. Køl af, skær i passende størrelse firkanter
8. Hvis du ønsker at lave toast med brødene kan du gøre dette. Ellers kan de smøres med smøreost, avocado eller lignende til de små.