



RECETAS PARA BEBÉS

Recopilación ofrecida por Asun (Bichi)

INDICE DE RECETAS

Corn Flakes al yogourt

Cremita de Chanel 10

Papilla de galletas y fruta

Papilla de pollo

Papilla de frutas Potito de fruta

Potitos infantiles con la Thermomix

Potito 1

Potito 2

Potito 3

Potito 4

Potito 5

Potito 6

Potito 7

Potito 8

Potito 9

Puré para varios días

Truco papillas de frutas

CORN FLAKES AL YOGOURT

INGREDIENTES

3 cucharadas soperas de corn flakes
1 yogurt natural
2 cucharadas de mermelada al gusto.

ELABORACION:

Poner todos los ingredientes en el vaso y triturar 20 segundos en velocidad 5.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

CREMITA DE CHANEL10

INGREDIENTES

1 gajo de calabaza
1 calabacín
2 patatas medianas ó 1 grande
1 cebolla
1/2 cucharadita de sal
3 cubiletes de agua

ELABORACION:

25 min. / vel.2 / 100º

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

PAPILLA DE GALLETAS Y FRUTA

INGREDIENTES

3 galletas tipo maría
50 gr. de manzana
50 gr. de plátano
10 gr. de azúcar
1/2 cubilete de zumo de naranja.

ELABORACION:

Poner todos los ingredientes en el vaso, y triturar en velocidad 8 , durante 20 segundos, si queda muy espeso, se añade un poco más de zumo de naranja

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

PAPILLA DE POLLO

INGREDIENTES

2 patatas medianas
1 zanahoria
medio puerro
un puñado de judías verdes
un filete de pechuga de pollo

sal, aceite y leche

ELABORACION:

- 1) Calentar 2m. temp. varoma, vel.1 50 gramos aceite
- 2) Añades todas las verduras troceadas, sofríes 3 m. temp. 100, vel. 1
- 3) Añades el agua, unos 3 cubiletes, ya digo lo hice a ojo y uno de leche, y 20 min. temp. 100, vel. 1.
- 4) troceas 20 seg. vel 6 y si te queda algún grumito, le das varios toques de turbo y ya está, quedó delicioso.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

PAPILLA FRUTAS

INGREDIENTES

½ plátano maduro
½ naranja pelada (sin parte blanca)
½ manzana madura y zumo de limón

1 plátano maduro
1 pera madura
1 naranja de zumo bien pelada 3 minutos,

1 yogurt natural
2 frutas a elegir
3 galletas

ELABORACION:

Opciones de preparación:

- 1)) Se echa la fruta con la Th en marcha, pare y programe 3 minutos, temperatura 40°, velocidad 4. Cuando acabe, observe la textura y, si fuera necesario, programe 30 segundos a velocidad 9.
- 2) Con la máquina en marcha a velocidad de 6 echamos por el vocal la fruta elegida, paramos la máquina y vemos si ha quedado algún trocito que le cogemos y volvemos a echar por el vocal con la máquina en marcha, Programamos 3 ó 4 minutos a temperatura 40° velocidad 5.
Nota: Si se quiere más finita la textura se puede poner el cestillo para q la fruta no tenga tanto espacio y se triture mejor.
- 3) Cortad la fruta, los plátanos a lo largo. Pon la maquina en marcha en el 5 y ves echando la fruta por el bocal. Abre la máquina y baja los restos, pon el cestillo y programa 5-7-9 y 5° pon la velocidad espiga una o dos veces y vuelve a programar 5-7-9

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)



POTITO 1

INGREDIENTES

50 g zanahoria
40 g ternera
50 g patata
20 g arroz
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 2

INGREDIENTES

3 hojas de lechuga
50 g zanahoria
40 g pollo
50 g patata
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 3

INGREDIENTES

100 g verduras surtidas
40 g pollo
50 g patata 3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 4

INGREDIENTES

75 g judías verdes
40 g merluza
50 g patata
1 cucharadita tapioca
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 5

INGREDIENTES

100 g zanahoria
1 poco de apio
50 g jamón de York
50 g patata
1 cucharadita tapioca
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 6

INGREDIENTES

30 g zanahoria
30 g calabacín
40 g pescado, pollo o ternera
50 g de patata
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 7

INGREDIENTES

50 g zanahoria
50 g calabaza
1 hoja de acelga
40 g pollo
2 cucharaditas arroz
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 8

INGREDIENTES

2 zanahorias
1 hoja de acelga
50 g pollo
50 g patata
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

POTITO 9

INGREDIENTES

½ calabacín
4 hojas de lechuga
1 rodaja de puerro
50 g pescado
1 patata o 50 g de calabaza
3 cubiletes agua,
1 pizca sal y
1 cucharada de aceite al final.

ELABORACION:

Programar 20 minutos, temperatura 100, velocidad 3.

Receta tomada de Archivo 800 Recetas

[Subir](#)

PURE DIETA BLANDA (Problemas de Gastroenteritis)

INGREDIENTES

1 patata mediana
2 zanahorias
1 pescadilla
1 cubilete de arroz
1 pechuga de pollo

ELABORACION:

Se cortan una patata mediana, y un par de zanahorias, y se programa 8 minutos temperatura 100°, velocidad 1.

Seguidamente y en la Varoma se pone una pescadilla y se programa 20 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.

Se retira la varoma, se limpia la pescadilla y se desmenuza.

Se introduce todo en el vaso y se tritura.

El segundo día se prepara igual , solo que con un cubilete de arroz.

También se puede hacer con pechuga de pollo.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

PURE PARA VARIOS DIAS (SE PUEDE CONGELAR)

INGREDIENTES

400 gr agua
verduras variadas
carne
pescado
aceite de oliva

ELABORACION:

400 gr. de agua, verduras variadas, y la cantidad de carne o pescado como para 4 días y programaba 30 min., temp. 100° vel. 3 ½. Se echaba un chorrito de aceite de oliva y programar 1 minuto velocidad 9.

Receta tomada de Foro MundoRecetas.com

[Subir](#)

POTITOS INFANTILES CON LA TH

NORMAS GENERALES

(A partir de los 6 meses)

Para triturar pequeñas cantidades, programe 30 segundos a velocidad 4 y vaya añadiendo las verduras o las frutas a través del bocal.

Para las frutas:

Después de haberlas echado con la máquina en marcha, pare y programe 3 minutos,

temperatura 40°, velocidad 4. Cuando acabe, observe la textura y, si fuera necesario, programe 30 segundos a velocidad 9.

Para las verduras:

Después de haberlas echado con la máquina en marcha, pare y programe 20 minutos, temperatura 100°, velocidad 3. A continuación, triture 20 segundos a velocidad 6. Añada el aceite crudo y sirva.

Observaciones:

Ponga las combinaciones a su gusto o según las indicaciones del pediatra. Si utiliza pescado, agréguelo en los últimos minutos. Si utiliza verduras de sabor fuerte como judías verdes o espinacas, ponga primero el agua y, cuando esté hirviendo, añada estas verduras para que se escalden.

Procedimientos y Consejos Varios:

1) Poner las verduras y el agua en el vaso del thermomix y trocear al 3 ½. Añadir la carne en trocitos. Programar 20 minutos temperatura 100° velocidad 1. Una vez terminado el tiempo, añada el aceite, y triture 1 minuto a velocidad 5. Si es de pescado lo echaremos cuando quede unos 10 minutos para terminar, porque necesita menor tiempo de cocción.

2) Para triturar pequeñas cantidades, programe 30 segundos a velocidad 4 y vaya añadiendo las verduras o las frutas a través del bocal.

3) Después de haber echado las verduras con la máquina en marcha, pare y programe 20 minutos, temperatura 100°, velocidad 3. A continuación, triture 20 segundos a velocidad 6. Añada el aceite crudo y sirva.

Ponga las combinaciones a su gusto o según las indicaciones del pediatra. Si utiliza pescado, agréguelo en los últimos minutos. Si utiliza verduras de sabor fuerte como judías verdes o espinacas, ponga primero el agua y, cuando esté hirviendo, añada estas verduras para que se escalden.

3) Si se te olvida poner las lentejas o los garbanzos en agua el día anterior, lo que hacía era triturarlas en velocidad 5-7-9 hasta hacer harina y así podía usarlo en el momento.

4) Cocer los purés en la velocidad 3, sin trocearlos el tiempo que estipule la receta y cuando acabe el tiempo programado entonces subes la velocidad y dejas la textura que más te guste (si es poca cantidad pon el cestillo). En la velocidad 4 y 5 queda una textura tipo pasapurés las siguientes quedan tipo crema. Piensa que todo depende del tiempo.

5) Para tu Bebe siempre procura que la verdura se cocine sin trituración, en crudo tienes que hacerlo en Vel cuchara. lo tienes marcado en el selector de Vel. porque sino aunque luego la pongas en Vel. 9 te quedarían grumitos nada agradable al paladar.

6) Recomiendo que cocines la verdura troceada y casi al final le pongas la velocidad 4 para triturarlas según el gusto de tu familia. Hay verduras que necesitan un poco más de tiempo pues le pones unos minutos más.

7) La patata, tanto como las verduras conviene cocerlas a trocitos y luego triturar al final, es decir cuando falten unos minutos subir a velocidad 4. Mirar y ver como la quieres y ya está.

Subir

TRUCO PAPILLA DE FRUTAS

Poner la Th en marcha en la velocidad 5. Ir tirando la fruta por el bocal. Destapar y bajar la fruta. Poned el cestillo y 5-7-9.

Le dais dos veces a la velocidad espiga y otra vez 5-7-9

1º corta la fruta, los plátanos a lo largo

2º pon la maquina en marcha en el 5 y ves echando la fruta

3º abre la máquina y baja los restos

4º pon el cestillo y programa 5-7-9

pon la velocidad espiga una o dos veces y vuelve a programar 5-7-9

[Subir](#)

POTITO DE FRUTA

PREPARACIÓN:

Con la máquina en marcha a velocidad de 6 echamos por el vocal la fruta elegida, paramos la máquina y vemos si ha quedado algún trocito que le cogemos y

volvemos a echar por el vocal con la máquina en marcha,

Programamos 3 ó 4 minutos a temperatura 40º velocidad 5.

Nota: Si se quiere más finita la textura se puede poner el cestillo para q la fruta no tenga tanto espacio y se triture mejor.

Si ponéis poca fruta le ponéis unos seg la vel espiga y luego otra vez 5-7-9. así pilla lo que se queda abajo.

[Subir](#)