



INGREDIENTES:

- **a partir de 7 u 8 meses**
- **para 1000 gramos**
- 55 gramos de calabaza
- 100 gramos de zanahoria
- 190 gramos de patata
- 20 gramos de apio
- 65 gramos de mazorca de maíz en un trozo
- 70 gramos de puerro
- 200 gramos de pechuga de pollo partida en trozos
- 1220 gramos de agua
- una pizca de sal

ELABORACION:

1.▯ Partir las verduras en trozos de unos 3 cm aproximadamente y ponerlas en el vaso junto con el resto de los ingredientes.

2.▯ Programar 45 minutos temperatura varoma giro a la izquierda velocidad cuchara.

3. Acabado el tiempo, colar la preparación a través de un colador fino.

4. Utilizar este consomé como base para purés, sopas etc.

Sugerencia:

5. Picar el pollo durante **2 segundos a velocidad 5** y separar los granos de maíz.

6. Añadirlo al caldo y tendremos una sopa de pollo y maíz.

7. Se puede utilizar este consomé base para elaborar la sopa de letras, de estrellitas de arroz etc.

8. También se pueden triturar las verduras utilizadas añadiéndole el caldo necesario e incorporando el pollo para hacer puré de verduras y pollo.

Comentario:

9. Si hacemos una sopa de letras con el consomé base, podemos ponerlo de primero, seguido de morcillo con verduras.

10. El postre muy ligero por ejemplo un zumo, pues es casi un menú de “mayor”.

11. Habrá que reforzar los lácteos en la merienda.

12. Si hacemos una sopa de maíz espesa y con trocitos de carne, puede ser plato único, completando con un postre lácteo, por ejemplo queso fresco y dulce de membrillo.

Esta imagen pertenece al libro de comida infantil de Vorwerk.