

One pot pasta baby

[Pour 1 portion]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1/2 carotte
- ✦ 1 gros champignon blanc
- ✦ 1 oignon grelot
- ✦ 70-80g de pâtes cuites
- ✦ 1 petite aiguillette de poulet (proportion à adapter en fonction de l'âge de bébé)

↪ Préparation :

- ✦ Lavez, pelez la carotte et le champignon et coupez-les en brunoise
- ✦ Émincez l'oignon grelot
- ✦ Dans une poêle (style wok), versez une cc d'huile d'olive et environ 200ml d'eau
- ✦ Ajoutez les pâtes, les légumes, l'oignon et le poulet coupés en petits morceaux
- ✦ Portez à ébullition puis laissez cuire environ 15 minutes jusqu'à ce que l'eau de cuisson soit complètement évaporée
- ✦ Hors du feu, ajoutez une cc de crème et mélangez
- ✦ Servez la préparation

Dégustez ☐

Croquettes de pomme de terre

au saumon

[Pour 5-6 croquettes]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1 grosse pomme de terre
- ✦ 2 tiges de ciboulette
- ✦ 1/3 de pavé de saumon (proportion à adapter selon l'âge de bébé)
- ✦ 1 œuf
- ✦ De la chapelure fine
- ✦ De la farine

↪ Préparation :

- ✦ Cuire la pomme de terre et le saumon à la vapeur pendant 15 minutes
- ✦ Écrasez la pomme de terre avec la ciboulette préalablement lavée et ciselée
- ✦ Coupez le saumon en petits morceaux
- ✦ Dans le creux de votre main, déposez une cuillère à café de la préparation de pomme de terre et ciboulette
- ✦ Déposez un peu de saumon au centre puis à nouveau une cuillère de purée de pomme de terre
- ✦ Formez une boulette avec vos doigts
- ✦ Trempez la croquette dans la farine, l'œuf battu puis dans la chapelure
- ✦ Renouvelez l'opération
- ✦ Dans une poêle, faites fondre un peu de beurre et faites dorer les croquettes de chaque côté quelques minutes

Dégustez ☐

Vous pouvez accompagner ce plat de légumes et/ou de crudités.

Galettes de pomme de terre au jambon et fromage

[Pour 1 ou 2 portions]

Ingrédients :

- ✦ 1 pomme de terre
- ✦ 2 cs d'emmental râpé
- ✦ 1 oeuf
- ✦ 1/2 tranche de jambon (proportion à adapter suivant l'âge de bébé)

» Préparation :

- ✦ Lavez, pelez et râpez la pomme de terre façon « carottes râpées »
- ✦ Coupez le jambon en petits dés
- ✦ Dans un bol, mélangez la pomme de terre râpée, le jambon, l'emmental puis ajoutez l'oeuf
- ✦ Dans une poêle, déposez une noisette de beurre puis faire des galettes à main levée ou à l'aide d'un cercle de présentation
- ✦ Laissez cuire à feu doux quelques minutes puis retourner

Dégustez ☐

Vous pouvez accompagner ce plat de légumes et/ou de crudités.

Sushi burger

[Pour 1 portion]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1/4 d'avocat
- ✦ 1/3 de pavé de saumon
- ✦ 80g de riz à sushis (cuit)
- ✦ 1 lamelle de feuille d'algues vertes (nori)
- ✦ Des graines de sésame

↪ Préparation :

- ✦ Rincez et cuire le riz comme indiqué au dos du paquet
- ✦ Pelez et dénoyautez l'avocat, coupez-le en fines lamelles ou écrasez-le à la fourchette
- ✦ Faites cuir le saumon à la vapeur pendant 10 minutes
- ✦ Dans un petit ramequin ou un bol au fond arrondi placez du film alimentaire
- ✦ Verser environ deux centimètres de riz à l'intérieur puis tassez avec l'aide d'une cuillère
- ✦ Retourner le bol ou le ramequin sur une assiette ou une planche en bois et retirez le film alimentaire délicatement, renouvelez l'opération
- ✦ Dans une assiette, déposez la tranche de riz (pour le bas du burger)
- ✦ Déposez les tranches ou la purée d'avocat puis le saumon et enfin la deuxième tranche de riz
- ✦ Saupoudrez de graines de sésames, entourez d'une lamelle de feuille d'algues puis arrosez d'un filet d'huile d'olive

Dégustez ☐

Vous pouvez accompagner ce plat de légumes et/ou de crudités et garnir un peu plus le burger avec de la mangue par ex si bébé aime le mélange sucré/salé.

Galettes de quinoa aux légumes

[Pour environ 5 galettes soit 1 ou 2 portions]

↪ Ingrédients :

- ✦ Un petit bouquet de brocolis
- ✦ Une demie carotte
- ✦ 1 oeuf
- ✦ 60g de quinoa cuit

↪ Préparation :

- ✦ Lavez le bouquet de brocolis puis émiettez-le
- ✦ Lavez, pelez puis râper la carotte façon « carotte râpée »
- ✦ Cuire le quinoa dans l'eau bouillante en suivant le temps indiqué sur le paquet
- ✦ Mélangez tous les ingrédients en ajoutant l'oeuf
- ✦ Dans une poêle, faites fondre une noisette de beurre et faites cuire à feu moyen les galettes quelques minutes de chaque côté (vous pouvez vous aider d'un emporte-pièce)

Dégustez ☐

Pizza-sucettes

[Pour 8 pizzas-sucettes]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1 pâte à pizza
- ✦ 4 tomates cerises
- ✦ De l'emmental râpé
- ✦ 1 jaune d'oeuf
- ✦ 1 tranche de jambon (proportion à adapter suivant l'âge de bébé)

↪ Préparation :

- ✦ Étalez la pâte à pizza puis avec l'aide de l'emporte-pièce de votre choix, prélevez environ 16 portions
- ✦ Lavez et pelez les tomates, les cuire à la vapeur pendant 15 minutes ou dans une poêle quelques minutes avec un filet d'huile d'olive
- ✦ Coupez le jambon en petits cubes
- ✦ Apposez sur 8 portions de pâte à pizza un peu de sauce tomate, quelques dés de jambon, un peu d'emmental puis posez un pic à brochettes et refermez votre sucettes avec un autre disque (en appuyant sur les bords)
- ✦ Renouvelez l'opération jusqu'à épuisement et avec l'aide d'un pinceau badigeonnez les sucettes de jaune d'oeuf
- ✦ Enfournez à 180 degrés pendant 10 minutes

Dégustez ☐

Vous pouvez accompagner ce plat de légumes et/ou de crudités.

Les recettes de fêtes pour

bébé

Il y a toujours une belle occasion de préparer un bon repas pour bébé, un anniversaire, Pâques, Noël, parce qu'après tout, lui aussi à le droit à un repas festif ☐

Voici ma sélection de « repas de fêtes » pour bébé à partir de 6 mois et à adapter en fonction de l'âge de bébé en terme de proportions mais aussi de textures. Seuls les repas composés de fruits de mer sont à partir de 12 mois (s'il n'y a pas de terrains allergiques familiaux).

Je vous laisse élaborer votre menu avec ces idées et souhaite un très bon appétit à bébé ☐

Apéritif

[Apéro de fête baby](#)

Entrées

[Salade d'avocat, mangue et gambas](#)

[Feuilleté aux légumes et cabillaud \(en petite portion\)](#)

[Plateau de fruits de mer](#)

Menus avec du poisson

[Poêlée de Saint-Jacques à la crème de safran, riz et asperges](#)
[Gambas au beurre d'ail, pomme de terre sautées, haricots verts](#)
[et petits pois](#)

[Brochette de Saint-Jacques et gambas, riz au curry et tomates](#)
[au four](#)

[Aumônière de Saint-Jacques au poireau](#)

[Saumon au pain d'épices, duo de légumes et riz](#)

[Topimentier de sole au poireau](#)

[Parmentier de christophines aux Saint-Jacques](#)

[Ecrevisses et crème d'artichaut](#)

[Saumon sauce citronnée, courgette et riz](#)

Gambas à l'ananas et son riz parfumé au curry
Fondue de poireaux, pomme de terre et Saint-Jacques

Menus avec de la viande blanche

Filet mignon en croûte, fagot d'haricots verts et pommes de terre grenailles

Aiguillette de poulet à la crème, röstis et châtaignes

Médailles de dinde, tagliatelles, brocolis et tomates rôties

Chapon aux châtaignes, carottes vichy et pomme de terre en robe des champs

Filet mignon moutardé, poêlée de champignons bruns et pommes sautées

Parmentier de topinambour, champignons et veau

Parmentier de vitelottes au veau

Veau au citron confit et son riz aux champignons

Purée de crosnes et panais à la dinde

Chapon aux châtaignes et velouté de champignons

Panais à la poire et son filet mignon

Délice d'haricots verts et sa dinde

Menus avec de la viande rouge

Parmentier de confit de canard

Canard à la clémentine, gratin dauphinois et poêlée de champignons

Côte d'agneau et mille-feuilles de pomme de terre et courgette

Parmentier de pâtisson à l'agneau

Parmentier de panais, muscade et canard

Émincé de chevreuil, pomme dorée au pain d'épices et velouté d'endives rouges

Navets boule d'or aux agrumes et son canard

Purée de salsifis et émincé de chevreuil

Côte d'agneau et mille-feuilles de pomme de terre et courgette

[Pour 1 portion]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1 pomme de terre moyenne
- ✦ 1/4 de courgette
- ✦ 1 côte d'agneau

↪ Préparation :

- ✦ Lavez, pelez et coupez la pomme de terre et la courgette en tranches très fines
- ✦ Plongez les tranches de pommes de terre et de courgette dans l'eau bouillante et laissez-les cuire 10 minutes environ à feu moyen
- ✦ Dans une poêle beurrée, faites cuire la côte d'agneau à feu vif puis à feu moyen quelques minutes
- ✦ Avec l'aide d'un emporte pièce, montez les tranches de pomme de terre et de courgette façon mille-feuilles, badigeonnez d'huile d'olive la dernière couche et enfournez 15 minutes à 200 degrés
- ✦ Présentez tous les ingrédients dans la même assiette

Dégustez ☐

Chapon aux châtaignes, carottes vichy et pomme de terre en robe des champs

[Pour 1 portion]

↪ Ingrédients :

- ✦ 1/4 de carotte
- ✦ 1 pomme de terre
- ✦ 1 brin de ciboulette
- ✦ 1 châtaigne ou plus
- ✦ 30g de chapon (proportion à adapter suivant l'âge de bébé)

↪ Préparation :

- ✦ Lavez, pelez et coupez en rondelles la carotte (ou bien avec la forme de l'emporte pièce de votre choix)
- ✦ Les faire cuire à la vapeur pendant 15 minutes ou dans l'eau bouillante quelques minutes
- ✦ Lavez la pomme de terre et enfournez là à 225 degrés pendant 35 minutes
- ✦ Cuire le chapon à la vapeur pendant 20 minutes avec la châtaigne (cuisson à la poêle ou au four possible également)
- ✦ Mixez les préparations (finement ou plus grossièrement suivant les goûts de votre bébé)
- ✦ Avant de servir, mélangez une cuillère à café de crème avec la ciboulette préalablement lavée et ciselée et déposez cette préparation sur la pomme de terre

Dégustez ☐

Brochette de Saint-Jacques et gambas, riz au curry et tomates au four

[Pour 1 portion]

↪ Ingrédients :

- ✦ 3 tomates moyennes
- ✦ 60g de riz (cuit)
- ✦ 4 gambas
- ✦ 3 noix de Saint-Jacques
- ✦ 1 cc de crème
- ✦ 1 pincée de curry

↪ Préparation :

- ✦ Lavez les tomates, les déposez dans un plat allant au four, arrosez d'huile d'olive et faites cuire 40 min à 150 degrés
- ✦ Cuire le riz dans l'eau bouillante en suivant le temps indiqué sur le paquet
- ✦ Cuire les gambas et les Saint-Jacques dans une poêle beurrée quelques minutes à feu moyen
- ✦ Mélangez le riz avec la crème et le curry
- ✦ Disposez sur un pic à brochette les gambas et les Saint-Jacques
- ✦ Présentez tous les ingrédients dans l'assiette

Dégustez ☐