

Rezensionen von Buchtips.net

Anne Iburg: Die besten Breie für Ihr Baby

Buchinfos

Verlag: [Trias Verlag](#) ([weitere Bücher von diesem Verlag zeigen](#))
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-8304-6962-9 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 4,32 Euro (Stand: 29. April 2025)

Wenn das Baby auf die Welt kommt, steht das Stillen im Vordergrund. Ab dem etwa 4 bis 6 Lebensmonat beginnt die Breizeit. Anne Iburg, Diätassistentin, Oecotrophologin und leidenschaftliche Köchin, stellt in dem vorliegenden Buch "Die besten Breie für Ihr Baby!" 50 schnelle und einfache Rezepte vor - vom Anfängerbrei bis zum ersten einfachen Familienessen!

Die Autorin teilt ihr Buch in fünf Bereiche (Basics, Stufe 1, 2, 3, und 4) ein: Im ersten Teil widmet sie sich dem Basics und geht u.a. auf folgende Inhalte ein: Einführung der Beikost nach dem 4-Stufen-Plan, richtige Getränke fürs Baby oder das Allergierisiko. Zudem vermittelt sie LeserInnen, wie z.B. Breie, Fleisch oder Fisch bevorratet, aufgetaut und erwärmt werden sollten. Den zweiten großen Teil des Buches stellen Rezepte nach dem 4-Stufen-Plan dar. Jedes Rezept enthält die Angabe, ob es reizarm, gluten- oder laktosefrei ist. Alle Rezepte beinhalten Angaben für eine sowie 10 Portionen.

Sehr empfehlenswert für Eltern, bevor die spannende Breizeit beginnt. Eltern sehen auf einen Blick, in welchem Monat ihr Baby welchen Brei braucht und ab wann es welche Zutaten und Gewürze verträgt.

10 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lucie Rambauske-Martinek, Dr.](#)
[05. April 2015]