



Babymad - Ratatouille

Opskrift fra Aarstidernes kogebog "Babymad". En ret som kan serveres fra 4 måneder. En fransk klassiker og en sød tegnefilm. Ratatouille er især en nydelse i sensommeren med friske solmodne tomater. En herlig familieret, som baby også kan spise med af.

Det skal du bruge:

- 1 lille løg
- 1 fed hvidløg
- 1 lille rød peberfrugt
- ½ squash
- 225 g cherrytomater
- 7-8 store blade basilikum
- 2 spsk olivenolie

Køkkentip:

I ratatouillen kan man også tilsætte ¼ aubergine i små tern, som steges sammen med løgene. Kan du ikke få cherrytomater, kan du bruge samme mængde af almindelige tomater, eller hakkede tomater fra glas eller karton. Du kan også udskifte basilikum med rosmarinkvist. Tilsæt den i starten sammen med hvidløget, og husk at tage den op, inden du blander ratatouillen.

Pil og skær løg og hvidløg i tern. Skyl og rens de øvrige grøntsager. Skær peberfrugt, squash og cherrytomater i mindre stykker.

Hak basilikum fint. Varm olien op i en gryde og tilsæt løg samt hvidløg. Lad det simre ved svag varme i ca. 5-8 minutter, til det er blødt og glasklart. Rør lidt undervejs.

Tilsæt hvidløg, peberfrugt og squash, og lad det simre i ca. 5 minutter, mens der røres rundt. Tilsæt tomater, og rør rundt.

Lad retten simre under låg i ca. 30 minutter ved meget svag varme. Kig til det undervejs, og kom eventuelt en lille smule vand ved, hvis retten koger tør.

Tilsæt basilikum, og kog i yderligere 5 minutter. Når det hele er mørt, blendes retten til en grov konsistens, hvor grøntsagerne er nogenlunde ens og småt i størrelsen.

Server ratatouillen sammen med kartoffelmos eller couscous samt 1 tsk fedtstof.

Fra 6 måneder kan du også servere ratatouillen til pasta, kartofler, fisk og kød. Husk også 1 tsk fedtstof til dit barns portion.