



A kismamák, a pici körüli bokros teendők miatt, szor ódzkodnak a házilag készíthető bébiételektől. Pedig egy kis praktikával kiválóan beoszthatod kevéske idődet: főzz, fagyaszd le és vedd elő, mikor szükséged van rá. Hogyan érdemes mindezt kivitelezni?

A krumplipürét, a bébi főzelékeket, de még az apróra felvágott húst is lefagyaszthatod kis adagokban. Kiváló eszköz lehet erre egy jégkockatartó vagy akár néhány tejfölös pohárka. A húst négyzetekre vágott folpack-okba is tekerheted. A lényeg, hogy könnyen kezelhető, kis porciókat készíts, amiket kedvedre variálhatsz és igény szerint adagolhatsz.