

BEABA

Recettes babycook

La cuisine gourmande des tous-petits



BEABA

121, VOIE ROMAINE - B.P. 80 107 - GROISSIAT
01116 OYONNAX CEDEX - FRANCE
TÉL. +33 (0)4 74 12 09 10 - FAX +33 (0)4 74 12 09 11
WWW.BEABA.COM



Recettes
babycook

La cuisine gourmande des tous-petits






FR	La cuisine gourmande des tout-petits	p. 4
EN	Healthy, Gourmet Meals for the little ones	p. 8
DE	Die Gourmet-Küche für die ganz Kleinen	p. 12
NL	De fijne keuken voor de kleintjes	p. 16
ES	La cocina golosa para los más pequeños	p. 20
IT	La cucina ghiotta dei piccolissimi	p. 24
PT	A cozinha apetitosa dos mais pequenos	p. 28
SE	Gourmetmat for de allra minsta	p. 32
NO	Gourmetmat for de minste	p. 36
FI	Aivan pienimpien herkkukeitti	p. 40
DK	Gourmetmad til de helt sma	p. 44
GR	Η νόστιμη κουζίνα για τα μικρά	σ. 48

Avec Babycook, les mamans vont découvrir le plaisir de préparer des petits plats de façon express tout en faisant de bébé un vrai gastronome. Babycook permet de réaliser à lui seul les repas quotidiens de bébé (déjeuner, dîner et goûter). Dix minutes suffisent pour concocter une compote ou un plat cuisiné. Il permet d'utiliser les aliments composant le repas de la famille pour préparer le plat de bébé. Sa taille a été étudiée pour la préparation de portions individuelles évoluant avec l'âge de bébé.



Plan de diversification alimentaire

L'introduction progressive de nouveaux aliments dans l'alimentation de bébé est nécessaire pour son apprentissage du goût et pour son futur équilibre alimentaire. Elle peut commencer dès le 5^e mois selon le plan ci-dessous.

	 PRODUITS LAITIERS	 VIANDES, POISSONS, ŒUFS	 FRUITS ET LÉGUMES	 FÉCULENTS (PÂTES, RIZ...)	 MATIÈRES GRASSES
4 mois révolus	Lait de suite, fromage blanc, petit suisse, yaourt		Compote de fruit, purée de légume	Céréales infantiles sans gluten	Huile
5 mois révolus	Fromage à pâte dure				Beurre, crème fraîche
6 mois révolus		Viande, volaille, jambon, jaune d'œuf		Pomme de terre, riz et farine avec gluten	
8 mois révolus		Poisson		Pâte fines, semoule et riz entier	
9 mois révolus			Fruit cru bien mûr râpé ou écrasé		
1 an révolu		Œuf entier, crevette	Petits pois, kiwi, cerise		



A table !

Couverts ergonomiques, assiette évolutive, Beaba a pensé à tout pour amener progressivement bébé à la table des grands.

Les bonnes recettes Babycook



Les recettes, ci-après classées par tranches d'âges, ont été élaborées par la célèbre nutritionniste française Agnès Mignonac afin de proposer des repas équilibrés et adaptés au développement de votre enfant. Les niveaux d'eau correspondent aux graduations du Babycook.

> 4 À 6 MOIS



Potage tomate haricots verts

Ingrédients :

- 40 g de tomates
- 60 g de pommes de terre
- 50 g d'haricots verts

Niveau d'eau : 3

> Mixer les légumes avec le jus de cuisson.



Purée carottes pomme de terre navet

Ingrédients :

- 80 g de carottes
- 70 g de pommes de terre
- 50 g de navets
- 1/2 cuillère à café d'huile d'olive

Niveau d'eau : 3

> Ne pas conserver le jus de cuisson, ajouter l'huile d'olive et mixer.



Compote orange pomme

Ingrédients :

- 70 g de pommes
- 60 g d'oranges

Niveau d'eau : 2

> Ne pas conserver le jus de cuisson et mixer les fruits.

> 6 À 8 MOIS



Poulet pomme de terre aubergine

Ingrédients :

- 15 g de poulet
- 100 g de pommes de terre
- 100 g d'aubergines
- 5 g de beurre

Niveau d'eau : 3

> Ajouter le beurre et mixer.



Merlan riz épinard

Ingrédients :

- 15 g de filet de merlan
- 100 g de riz cuit
- 100 g d'épinards
- 5 g d'huile de tournesol

Niveau d'eau : 2

> Conserver la moitié du jus de cuisson, ajouter le riz et l'huile de tournesol et mixer.



Compote de poire

Ingrédients :

- 130 g de poires

Niveau d'eau : 2

> Conserver la moitié du jus de cuisson et mixer.

> 12 À 36 MOIS



Purée d'asperge

Ingrédients :

- 100 g de pommes de terre
- 100 g d'asperges
- 50 ml de lait de croissance
- 5 g de beurre
- Sel (avec modération)

Niveau d'eau : 3

> Ne pas conserver le jus de cuisson, ajouter le lait de croissance et le sel et mixer.



Coulis de tomate

Ingrédients :

- 150 g de tomates
- 2 feuilles de basilic
- Sel (avec modération)

Niveau d'eau : 3

> Ne pas conserver le jus de cuisson, ajouter le basilic et le sel et mixer.



Soupe d'abricot

Ingrédients :

- 150 g d'abricots
- 2 cuillères à café de miel

Niveau d'eau : 0

> Mixer directement sans passer par l'étape de cuisson.

> 8 À 12 MOIS



Boeuf carotte pâtes

Ingrédients :

- 20 g de steak haché
- 100 g de carottes
- 100 g de pâtes cuites
- 5 g de beurre

Niveau d'eau : 3

> Conserver l'eau de cuisson, ajouter le beurre et mixer.



Saumon pomme de terre courgette

Ingrédients :

- 20 g de filet de saumon
- 100 g de pommes de terre
- 100 g de courgettes
- 5 g d'huile de tournesol

Niveau d'eau : 3

> Conserver la moitié de l'eau de cuisson, ajouter l'huile de tournesol et mixer.



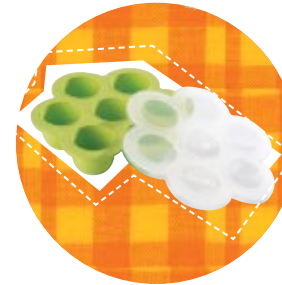
Compote pomme ananas

Ingrédients :

- 70 g de pommes
- 60 g d'ananas

Niveau d'eau : 3

> Conserver la moitié du jus de cuisson et mixer.



Multi portions Silicone

Idéals pour la congélation des minis portions de bébé.
Verser - Congeler - Démouler.

Parce que les petits plats ne sont pas que pour les grands !

Plus sur...

Pour limiter les tâches, Beaba a conçu un bavoir d'apprentissage qui recueille les aliments qui n'ont pas pris le chemin de la bouche de bébé.







Mothers will find cooking tasty meals in no time with Babycook is a real pleasure, while turning Junior into a little foodie. Babycook is all that's needed to make Baby's daily meals (lunch, supper and tea). It only takes ten minutes to rustle up a compote or cooked dish using the same ingredients that go into the family meal to make Baby's meal. Its size has been designed to prepare individual portions that increase as the infant's needs grow.



Variety the diet for life

The gradual introduction of new ingredients into babies' diets is essential for infants to learn about flavours and have a balanced diet in the future. This can start from the 5th month onwards using the scheme laid out below.

	 DAIRY PRODUCTS	 MEAT, FISH, EGGS	 FRUIT AND VEGETABLES	 STARCHY PRODUCTS (PASTA, RICE...)	 FAT
From 4-5 months			Mashed fruit, pureed vegetables	Cereal for infants (gluten free)	
From 6 months	Milk, cool cheese, yogurt, hard cheese	Lean red meat, poultry, egg yolk		Potato, crushed rice & pasta, flour with gluten	Oil, butter fresh cream
From 8 months		White fish		Small pasta shapes, semolina, & rice	
From 9 months			Ripe fruit, grated or crushed spinach, broccoli, carrot		
From 12 months		Egg, prawns	Peas, kiwi fruit, cherries	Medium pasta shapes, lentils	



Dinner's ready !

Ergonomic cutlery, fledgling plate, Beaba has thought of everything to give Baby steady help to eat along with the grown-ups.



Delicious recipes from Babycook

The recipes, arranged into the following age groups have been devised by famous french nutritionist Agnès Mignonac to offer your children balanced meals that are suitable for their development. The recipes refer to water levels that are marked on the Babycook.

> FROM 4-6 MONTHS



Tomato and bobby bean soup

Ingredients :

- 40g tomato
- 60 g potato
- 50 g bobby beans

Water level: 3

> Liquidise the vegetables
in their cooking liquid.



Purée of carrots potatoes and turnips

Ingredients :

- 80 g carrot
- 70 g potato
- 50 g turnips
- 1/2 teaspoon olive oil

Water level: 3

> Drain off the cooking liquid, add the
olive oil and liquidise.



Orange and apple compote

Ingredients :

- 70 g apple
- 60 g orange

Water level: 2

> Drain off the cooking liquid and
liquidise the fruit.

> FROM 6-8 MONTHS



Chicken, potatoes and eggplant

Ingredients :

- 15 g chicken
- 100 g potato
- 100 g eggplant
- 5 g butter

Water level: 3

> Add the butter and liquidise.



Whiting, rice and spinach

Ingredients :

- 15 g whiting fillet
- 100 g cooked rice
- 100 g spinach
- 5 g sunflower oil

Water level: 2

> Keep half of the cooking liquid, add the rice and sunflower oil and liquidise.



Pear compote

Ingredients :

- 130 g pear

Water level: 2

> Keep half of the cooking liquid and liquidise.

> FROM 12-36 MONTHS



Asparagus purée

Ingredients :

- 100 g medium potato
- 100 g asparagus
- 50 ml follow-on milk
- 5 g butter
- Salt (optional)

Water level: 3

> Drain off the cooking liquid, add the milk and salt and liquidise.



Tomato coulis

Ingredients :

- 150 g medium tomato
- 2 leaves of basil
- Salt (optional)

Water level: 3

> Drain off the cooking liquid, add the basil and salt and liquidise.



Apricot soup

Ingredients :

- 150 g apricots
- 2 teaspoon honey

Water level: 0

> Liquidise without cooking.

> FROM 8-12 MONTHS



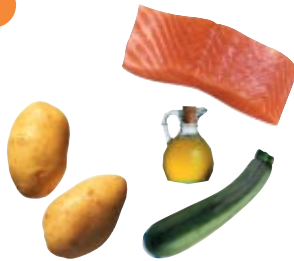
Beef, carrots and pasta

Ingredients :

- 20 g mince
- 100 g carrot
- 100 g cooked pasta
- 5 g butter

Water level: 3

> Keep the cooking liquid, add the butter and liquidise.



Salmon, potatoes and zucchinis

Ingredients :

- 20 g salmon fillet
- 100 g potato
- 100 g medium zucchini
- 5 g sunflower oil

Water level: 3

> Keep half of the cooking liquid, add the sunflower oil and liquidise.



Apple and pineapple compote

Ingredients :

- 70 g apple
- 60 g pineapple

Water level: 3

> Keep half the cooking liquid and liquidise.



Silicon multi portions

Ideal for freezing mini portions for baby.
Pour - Freeze - Remove from the mould.

Because tasty dishes aren't just for grown-ups!

Safely does it...

Beaba has designed a learner bib that collects the food that hasn't made the full journey into Baby's mouth, and so cuts down on stains and spills.



Mit Babycook ist die Zubereitung schneller kleiner Gerichte für Mütter ein wahres Vergnügen und nebenbei wird Baby zu einem richtigen Gastronom erzogen. Für Babys tägliche Mahlzeiten (Mittag- und Abendessen sowie Zwischenmahlzeiten) wird nur der Babycook benötigt. In nur zehn Minuten ist ein Kompott oder ein warmes Gericht fertig. Mit ihm können die Nahrungsmittel, aus denen die Mahlzeiten der Familie bestehen, auch für die Babys Speisen verwendet werden. Seine Größe wurde so konzipiert, dass einzelne Portionen zubereitet werden können, die mengenmäßig jeweils Babys Alter angepasst werden.



Speiseplan für abwechslungsreiche Ernährung

Die progressive Aufnahme neuer Lebensmittel in Babys Speiseplan ist wichtig für die Entwicklung seines Geschmacksinns und für seine zukünftige ausgewogene Ernährung. Dies kann ab dem 5. Monat nach dem unten stehenden Plan beginnen.

	 MILCH-PRODUKTE	 FLEISCH, EIER, FISH	 OBST UND GEMÜSE	 STÄRKEHALTIGE SPEISEN (NUDELN, REIS...)	 FETTE
5 Ab dem Monat	Folgemilch Quark, Frischkäse, Joghurt		Obstbrei Gemüsebrei	Mehlspeisen für Babys ohne Gluten	Öl
6 Ab dem Monat	Hartkäse				Butter, Creme kühl
7 Ab dem Monat		Fleisch, Huhn, Schinken, Eigelb		Kartoffeln, Reis und Nudeln (zerkleinert), Mehl mit Gluten	
9 Ab dem Monat		Fisch		Kleine Nudeln, Gries und Reis	
10 Ab dem Monat			Vollreifes, rohes Obst (gerieben oder zerkleinert)		
12 Ab dem Monat		Ganzes Ei, Krevetten	Verschiedene Erbsen, Kiwi Kirschen	Nudelarten wie, z.B Muschel nudeln, Linsen	



Zu Tisch !

Ergonomisches Besteck, mitwachsender Teller, Beaba hat an alles gedacht, um Baby nach und nach an den Tisch der Großen zu führen.

Die guten Babycook-Rezepte



Die Rezepte, nach stehend nach Alterstufen eingeordnet sind, wurden von der Ernährungswissenschaftlerin Agnès MIGNONAC ausgearbeitet, um ausgewogene Gerichte, die der Entwicklung Ihres Kindes angepasst sind, vorzuschlagen. Die Wasserdosierungen entsprechen den Gradeinteilungen des Babycook.

> VON 4 BIS 6 MONATE



Suppe mit grünen Bohnen und Tomaten

Zutaten :

- 40 g Tomaten
- 60 g Kartoffeln
- 50 g grüne Bohnen

Wasserhöhe : 3

> Das Gemüse mit dem Kochwasser mixen.



Püree von Mohren, Kartoffeln, Kohlrabi

Zutaten :

- 80 g Möhren
- 70 g Kartoffeln
- 50 g Kohlrabi
- 1/2 Teel. Olivenöl

Wasserhöhe : 3

> Das Kochwasser abgießen, das Olivenöl hinzufügen und mixen.



Orangen / Apfel Kompott

Zutaten :

- 70 g Äpfel
- 60 g Orangen

Wasserhöhe : 2

> Das Kochwasser abgießen und das Obst mixen.

> VON 6 BIS 8 MONATE



Hähnchen mit Kartoffeln und Aubergine

Zutaten :
 • 15 g Hähnchen
 • 100 g Kartoffeln
 • 100 g Aubergine
 • 5 g Butter

Wasserhöhe : 3
 > Add the butter and liquidise.



Wittling mit Reis und Spinat

Zutaten :
 • 15 g Wittlingfilet
 • 100 g gek. Reis
 • 100 g Spinat
 • 5 g Sonnenblumenöl

Wasserhöhe : 2
 > Die Hälfte des Koch-wassers abgießen, den Reis und das Sonnenblumenöl hinzufügen und mixen.



Birnen-Kompott

Zutaten :
 • 130 g Birnen

Wasserhöhe : 2
 > Die Hälfte des Koch-wassers abgießen und mixen.

> VON 12-36 MONATE



Spargel-püree

Zutaten :
 • 100 g Kartoffeln
 • 100 g Spargel
 • 50 ml Milch, angereichert mit Vitaminen für Babys
 • 5 g Butter
 • Etwas Salz

Wasserhöhe : 3
 > Das Kochwasser abgießen, die Milch und Salz hinzufügen und mixen.



Flüssiges Tomatenpüree

Zutaten :
 • 150 g Tomaten
 • 2 Basilikumblätter
 • Etwas Salz

Wasserhöhe : 3
 > Das Kochwasser abgießen, das Basilikum und Salz hinzufügen und mixen.

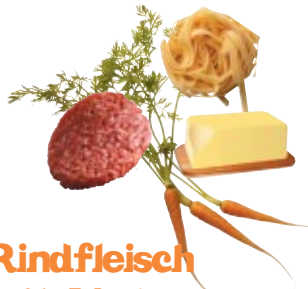


Aprikosensuppe

Zutaten :
 • 150 g Aprikose
 • 2 teel. Honig

Wasserhöhe : 0
 > Ohne zu kochen direkt in den Mixer geben.

> VON 8-12 MONATE



Rindfleisch mit Mohren und Nudeln

Zutaten :
 • 20 g Hackfleisch
 • 100 g Möhren
 • 100 g gek. Nudeln
 • 5 g Butter

Wasserhöhe : 3
 > Dem Kochwasser die Butter hinzufügen und mixen.



Lachs mit Kartoffeln und Zucchini

Zutaten :
 • 20 g Lachsfilet
 • 100 g Kartoffeln
 • 100 g Zucchini
 • 5 g Sonnenblumenöl

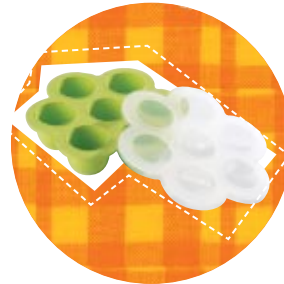
Wasserhöhe : 3
 > Die Hälfte des Koch-wassers abgießen, den Reis und das Sonnenblumenöl hinzufügen und mixen.



Ananas / Apfel-Kompott

Zutaten :
 • 70 g Äpfel
 • 60 g Ananas

Wasserhöhe : 3
 > Die Hälfte des Koch-wassers abgießen und mixen.



Mehrportions-Silikonformen

Ideal zum Einfrieren von Miniportionen für Ihr Baby.
 Eingießen - Einfrieren - Aus der Form nehmen.

Denn feine kleine Speisen sind nicht nur für die Grossen !

Sicherer

Um die Hecken in Grenzen zu halten, hat Beaba ein Lernlätzchen konzipiert, das die Lebensmittel aufnimmt, die nicht den Weg zu Babys Mund eingeschlagen haben.

