

## Purée de riz complet, lentilles corail et potiron



Accompagnement **Facile**

**Pour** : 1 personnes

**Préparation** : 10 mn

**Cuisson** : 10 mn

*Une purée qui plaira à tous les palais, à intégrer à l'alimentation des bébés dès 6 mois.*

### Ingrédients

- 2 cuillères à soupe de riz complet - par exemple bjorg
- 150 ml d'eau
- 1 cuillère à soupe de purée de lentilles corail potiron - par exemple bjorg
- 1 cuillère à café de riz cuisine - par exemple bjorg

### Préparation

- 1 Commencez par moudre finement le riz à l'aide d'un moulin à café. Vous pouvez en moudre un peu plus que nécessaire et le conserver au réfrigérateur pour réaliser d'autres préparations.
- 2 Mettez ce riz à cuire doucement dans une casserole avec l'eau, en remuant régulièrement.
- 3 Hors du feu, incorporez la purée de lentilles corail potiron ainsi que le riz cuisine.
- 4 Mélangez rapidement et servez.

Proposé par

**Bjorg**

Bjorg Bio-Nutrition

#### 25 ans de savoir faire bio.

"Ce que nous mangeons chaque jour contribue à notre santé de demain". C'est en partant de ce constat que Bjorg a fondé le concept de Bio-Nutrition, qui repose sur la sélection rigoureuse des ingrédients, les bénéfices nutritionnels de ses produits et la préservation du goût. Aujourd'hui, Bjorg est la première marque française de produits alimentaires biologiques. Composez au quotidien des menus biologiques, selon vos envies et vos besoins.

Découvrez la gamme Bjorg : [www.bjorg.fr](http://www.bjorg.fr)

Découvrez de savoureuses recettes santé : sans gluten, légères ou végétariennes sur [www.bjorg.fr/recettes](http://www.bjorg.fr/recettes)

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

