**Pieczone placuszki owsiane w wersji dla najmłodszych – wypróbuj smakowity przepis z wykorzystaniem kaszki!**

**Okres urozmaicania diety jest wyjątkowy pod wieloma względami. Poznawanie nieznanych dotąd smaków, zapachów i rozwijanie zmysłu dotyku z miesiąca na miesiąc otwiera malucha na kolejne doświadczenia związane z jedzeniem. Podawanie kaszek zbożowych to świetna okazja do próbowania przez dziecko posiłków w różnorodnych odsłonach. Odkryj smakowity przepis na placuszki owsiane, które z pewnością zainteresują niejednego małego smakosza!**

Urozmaicone i wartościowe posiłki to bardzo ważny element prawidłowo zbilansowanego jadłospisu już w okresie niemowlęcym. **Różnorodność w miseczce czy na talerzyku zachęca malucha do próbowania nowych smaków**, a co za tym idzie – buduje fundament prawidłowych nawyków żywieniowych w przyszłości.

|  |
| --- |
| **Kaszki to delikatne zbożowe posiłki, które wspierają rodziców podczas wprowadzania nowości do diety dziecka.**Kaszki przeznaczone dla najmłodszych – czyli te ze wskazaniem wieku na opakowaniu – zawierają różnorodne zboża, których każda ich partia przechodzi nawet **kilkaset testów jakości i bezpieczeństwa**.Ich wartość odżywcza jest **zgodna z wymaganiami prawa**, dzięki czemu niemowlęta i małe dzieci otrzymują posiłek dostosowany do ich potrzeb na różnych etapach rozwoju.  |

Przykładem produktów zbożowych odpowiednich dla najmłodszych są kaszki [BoboVita PORCJA ZBÓŻ](https://www.bobovita.pl/produkty/kaszki-porcja-zboz). Poza tym, że stanowią dobry wybór, zawierają nawet 7 rodzajów starannie wyselekcjonowanych różnorodnych zbóż. **Charakteryzuje je 0 % dodatku cukru\*, a także zgodnie z przepisami prawa dla tej kategorii produktów 0 % konserwantów\*\*, 0 % barwników\*\* i 0 % wzmacniaczy smaku\*\*.** To wartościowe propozycje, które świetnie urozmaicą jadłospis niemowlęcia – czy wiesz, że sprawdzą się także w nietypowym wydaniu?

**Pieczone placuszki owsiane z twarożkiem i bananem dla niemowląt po 8. miesiącu życia**

Do przygotowania ok. 10 sztuk placuszków potrzebne będą:

* ½ szklanki [kaszki BoboVita PORCJA ZBÓŻ bezmleczna owsianka z ryżem po 6. miesiącu życia](https://www.bobovita.pl/produkty/kaszki-porcja-zboz/porcja-zboz-bezmleczna-owsianka-z-ryzem),
* 120 g twarogu śmietankowego,
* 50 g [przecieru owocowego banan po 4. miesiącu życia,](https://www.bobovita.pl/produkty/owoce-i-deserki/moj-pierwszy-banan)
* 1 jajo,
* 10 g masła,
* ½ łyżeczki sody.

Piekarnik nagrzej do ok. 180 stopni Celsjusza. W misce wymieszaj kaszkę z sodą. W oddzielnym naczyniu połącz za pomocą miksera lub blendera masło, przecier owocowy, jajo oraz twarożek. Masę przełóż do miski z suchymi składnikami i wymieszaj do uzyskania zwartej i jednolitej konsystencji. Z całości uformuj ok. 10 kulek i umieść je na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Każdą kulkę delikatnie spłaszcz. Przygotowane placuszki piecz ok. 20 minut, aż do momentu delikatnego zrumienienia. Gotowe!

\*Zawierają naturalnie występujące cukry, pochodzące ze zbóż, owoców i mleka.

\*\*Zgodnie z przepisami prawa kaszki dla niemowląt i małych dzieci nie mogą zawierać konserwantów, barwników i wzmacniaczy smaku.

**Ważne informacje:** Zaleca się kontynuację karmienia piersią podczas wprowadzania pokarmów uzupełniających. Karmienie piersią powinno trwać tak długo, jak jest to pożądane przez matkę i dziecko. Karmienie piersią jest najlepsze dla dziecka.