

Rezept

Amarant-Aprikosen-Brei

Ein Rezept von Amarant-Aprikosen-Brei, am 04.12.2024

Zutaten

20 g gepoppter Amarant

40 g Aprikose

200 g Vollmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal, 9 g F, 10 g EW, 25 g KH

Zubereitung

1. Amarant und Vollmilch in den Mixtopf geben, den Mixtopfdeckel verschließen, den Messbecher einsetzen und die Amarant-Milch 2 Min./90°/Stufe 2 erhitzen.

2. Messbecher entfernen und den Brei 3 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und dazugeben. Den Messbecher mit der Öffnung nach oben wieder aufsetzen.

3. Fein pürieren Sie den Brei 20 Sek./Stufe 10. Für ältere Babys, die gröbere Konsistenzen mögen, pürieren Sie den Brei 2 Sek./Stufe 5. Wenn Sie den Brei als Trinkbrei geben wollen, lassen Sie ihn auf 50° abkühlen, fügen noch 50 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 20 Sek./Stufe 10.