

Rezept

Banane mit 4-Korn-Flocken

Ein Rezept von Banane mit 4-Korn-Flocken, am 26.04.2024

Zutaten

1 TL milchfreie Margarine

1/2 Banane (ca. 100 g)

10 g weizenfreie 4-Korn-Flocken (z. B. von Alnatura)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion ab 7. Monat | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf 90-100 ml Wasser zum Kochen bringen, die Margarine zugeben und anschließend alles auf ca. 50° abkühlen lassen.

2. Inzwischen die Banane mit einer Gabel fein zerdrücken.

3. Die 4-Korn-Flocken in das Margarine-Wasser rühren, sodass keine Klümpchen entstehen. Das Bananenmus zugeben.