

Rezept

Birne-Melonen-Reis-Brei

Ein Rezept von Birne-Melonen-Reis-Brei, am 23.04.2024

Zutaten

40 g Naturreis	150 g Birne
150 g Honigmelone (ersatzweise Nektarine oder Mango)	10 g Mandelmus

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal, 4 g F, 3 g EW, 28 g KH

Zubereitung

1. Den Reis in den Mixtopf geben, den Mixtopfdeckel verschließen, den Messbecher einsetzen und den Reis 60 Sek./Stufe 10 mahlen. Den Deckel wieder öffnen und den gemahlten Reis mithilfe des Spatels nach unten schieben. 130 g Wasser hinzufügen, den Mixtopfdeckel wieder verschließen und den Reis 15 Min./100°/Stufe 2 erhitzen.
2. Anschließend den Messbecher entfernen und 7 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Inzwischen die Birne waschen, schälen und vierteln, dabei das Kerngehäuse entfernen. Die Birnenspalten in Stücke schneiden. Die Melone ebenfalls schälen und entkernen. Melone, Birnenstücke und Mandelmus in den Mixtopf geben und 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 100 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 20 Sek./Stufe 10.