

Rezept

# Buchweizen-Pflaumen-Brei

Ein Rezept von Buchweizen-Pflaumen-Brei, am 26.04.2024

## Zutaten

**20 g** Buchweizen (ganze Körner; ersatzweise Dinkel oder Weizen)      **200 g** Vollmilch  
**40 g** Pflaumen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal, 7 g F, 9 g EW, 28 g KH

## Zubereitung

1. Die Buchweizenkörner in den Mixtopf geben, den Mixtopfdeckel verschließen, den Messbecher einsetzen und die Körner 30 Sek./Stufe 10 mahlen. Den Deckel öffnen und das Mehl mithilfe des Spatels nach unten schieben. Die Vollmilch dazugeben, den Mixtopfdeckel wieder verschließen und die Getreide-Milch 6 Min./90°/Stufe 2 erhitzen.
2. Den Messbecher entfernen und den Brei 3 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Inzwischen die Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen. Die Pflaumenhälften zum Brei geben und den Messbecher mit der Öffnung nach oben wieder aufsetzen.
3. Fein pürieren Sie den Brei 45 Sek./Stufe 10. Für ältere Babys, die gröbere Konsistenzen mögen, pürieren Sie den Brei 3 Sek./Stufe 6. Wenn Sie den Brei als Trinkbrei geben wollen, lassen Sie ihn auf 50° abkühlen, fügen noch 50 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 45 Sek./Stufe 10.