

Rezept

# Erbsen-Hirse-Mandel-Brei

Ein Rezept von Erbsen-Hirse-Mandel-Brei, am 25.04.2024

## Zutaten

40 g Hirse

25 g Mandelmus

50 g TK-Erbsen

70 g Orangensaft

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**  
Ca. 175 kcal, 8 g F, 5 g EW, 19 g KH

## Zubereitung

1. Die Hirse in ein feines Sieb geben und unter fließendem Wasser gründlich abspülen, kurz abtropfen lassen. Die Hirse mit 150 g Wasser in den Mixtopf geben und 10 Min./100°/Stufe 2 garen.

---

2. Den Messbecher entfernen, die Erbsen zur Hirse in den Mixtopf geben und alles 3 Min./Stufe 3 auf 60° abkühlen lassen. Zum Schluss das Mandelmus und den Orangensaft hinzufügen und den Messbecher mit der Öffnung nach oben wieder einsetzen.

---

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 Suppe geben wollen, lassen Sie ihn auf 50° abkühlen, fügen noch 100 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 60 Sek./Stufe 10.