

Rezept

Grieß-Birnen-Brei

Ein Rezept von Grieß-Birnen-Brei, am 27.04.2024

Zutaten

20 g Dinkelgrieß

50 g Birne

200 g Vollmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal, 8 g F, 9 g EW, 26 g KH

Zubereitung

1. Den Grieß in den Mixtopf geben, den Mixtopfdeckel verschließen, den Messbecher einsetzen und den Grieß 60 Sek./Stufe 10 mahlen. Den Deckel wieder öffnen und den gemahlene Grieß mithilfe des Spatels nach unten schieben. Die Vollmilch dazugeben, den Mixtopfdeckel wieder verschließen und die Getreide-Milch 5 Min./90°/Stufe 2 erhitzen.
2. Den Messbecher entfernen und den Grießbrei 5 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Die Birne waschen, schälen und vierteln, dabei das Kerngehäuse entfernen. Die Birne zum Grießbrei geben und den Messbecher mit der Öffnung nach oben wieder aufsetzen. Den Brei 20 Sek./Stufe 10 pürieren.