

Rezept

## Grundrezept Nachmittagsbrei: Getreide-Obst-Brei

Ein Rezept von Grundrezept Nachmittagsbrei: Getreide-Obst-Brei, am 28.11.2023

### Zutaten

**20 g** Haferflocken

**1 TL** Butter (8 g)

**100 g** Apfel

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 Portion ab 7. Monat | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

### Zubereitung

1. Die Haferflocken mit 125 ml Wasser in einem kleinen Topf verrühren. Zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze 1-2 Min. unter Rühren kochen lassen, dann den Topf vom Herd ziehen.

---

2. Den Apfel gut waschen, sorgfältig abreiben, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelspalten in kleinen Stücken direkt in den Topf schneiden. Die Butter dazugeben und alles mit einem Pürierstab fein pürieren.

---

3. Kochen Sie den Grundbrei nach Saison und Geschmack, z. B. mit Pfirsich, Erdbeeren, weicher Birne oder Banane.