Rezept

Hirse-Pfirsich-Brei

Ein Rezept von Hirse-Pfirsich-Brei, am 14.06.2025

Zutaten

- **10 g** Hirseflocken
- **200 g** Vollmilch
- **10 g** Haferflocken
- **40 g** reifer Pfirsich (ersatzweise Mango)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal, 8 g F, 9 g EW, 26 g KH

Zubereitung

1. Die Hirseflocken mit den Haferflocken in den Mixtopf geben, den Mixtopfdeckel verschließen, den Messbecher einsetzen und die Flocken 20 Sek./Stufe 10 mahlen. Den Deckel wieder öffnen und das gemahlene Getreide mithilfe des Spatels nach unten schieben. Die Vollmilch dazugeben, den Mixtopfdeckel wieder verschließen und die Getreide-Milch 3 Min./90°/Stufe 2 erhitzen.

2. Anschließend den Messbecher entfernen und den Brei 5 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Inzwischen den Pfirsich waschen, halbieren und entsteinen. Den Pfirsich 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.