

Rezept

Pfirsich-Zwieback-Kokos-Brei

Ein Rezept von Pfirsich-Zwieback-Kokos-Brei, am 26.04.2024

Zutaten

250 g Pfirsich (ersatzweise Mango)

40 g ungesüßter Zwieback

60 g Kokosmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 175 kcal, 7 g F, 4 g EW, 24 g KH

Zubereitung

1. Die Pfirsiche waschen, halbieren, entsteinen und zusammen mit dem Zwieback und der Kokosmilch in den Mixtopf geben. 90 g Wasser hinzufügen, den Mixtopfdeckel verschließen und den Messbecher einsetzen.

2. Fein pürieren Sie den Brei 60 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, fügen Sie zusätzlich 100 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 60 Sek./Stufe 10.