Rezept

Vollmilch-Getreide-Brei – Grundrezept Abendbrei

Ein Rezept von Vollmilch-Getreide-Brei – Grundrezept Abendbrei, am 12.10.2024

Zutaten

- **20 g** Haferflocken
- **2 EL** Obstmus (z. B. Apfel-Pflaumen-Püree)
- **200 g** Vollmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal, 8 g F, 9 g EW, 29 g KH

Zubereitung

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

2. Den Messbecher entfernen und den Brei 5 Min./Stufe 3 abkühlen lassen. Das Apfel-Pflaumen-Püree dazugeben und den Messbecher mit der Öffnung nach oben wieder aufsetzen.

3. Fein pürieren Sie den Brei 20 Sek./Stufe 10. Für ältere Babys, die gröbere Konsistenzen mögen, pürieren Sie den Brei 2 Sek./Stufe 3. Wenn Sie den Brei als Trinkbrei geben wollen, lassen Sie ihn auf 50° abkühlen, fügen noch 50 g Wasser hinzu und pürieren den Brei 20 Sek./Stufe 10.