Babybrei mit Haferflocken, Bananen und Avocado

Zeit gesamt 15min

Zubereitungszeit 5min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 1 Portionen

Haferflocken, zart	20 g
Milch	200 ml
Bananen	50 g
Avocado	50 g
Rapsöl	1 TL

Zubereitung

1. Im Mixtopf Haferflocken 8 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Milch zugeben und 15 Min./100 °C/Stufe 3 garen.

2. Inzwischen Banane schälen und in grobe Stücke schneiden. Avocado halbieren, Kern entfernen und mit einem Löffel Fruchtfleisch aus der Schale lösen.

3. Zu den Haferflocken geben und alles mit Öl für 20 Sek./Stufe 8 fein pürieren. Babybrei mit Haferflocken, Bananen und Avocado umfüllen, abkühlen lassen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	354 kcal
Kohlenhydrate	37 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	20 g