



Frischer Obstbrei

 Dauer
10 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	2 St.
Bananen	2 St.
Rapsöl	1 TL

Zubereitung

Äpfel schälen, vierteln, entkernen und grob raspeln. Bananen schälen und in einer Schüssel mithilfe einer Gabel zerdrücken. Apfelraspeln und Rapsöl hinzugeben, nach Belieben pürieren und frischen Obstbrei servieren.

Guten Appetit!

Info: Das Rapsöl muss für Babys geeignet sein.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	106 kcal		
Kohlenhydrate	25 g	Ballaststoffe	4 g
Eiweiß	1 g	Fette	1 g