



Rezepte > Andere

Grundrezept Getreide-Obst-Brei

Zeit gesamt
🕒 15min

Zubereitungszeit
🕒 5min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Äpfel, rot	100 g
Haferflocken, zart	20 g
Milch	200 ml
Öl	1 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Apfel schälen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. Im Mixtopf Haferflocken 8 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Apfel zugeben und erneut 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Milch zugeben und 8 Min./100 °C/Stufe 3 garen.
2. Anschließend mit Öl alles zusammen 20 Sek./Stufe 8 fein pürieren. Getreide-Obst-Brei abkühlen lassen, umfüllen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	282 kcal
Kohlenhydrate	35 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	12 g