



Rezepte > Andere

Babybrei mit Couscous, Banane und Birne

Zeit gesamt
🕒 15min

Zubereitungszeit
🍲 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Couscous	20 g
Wasser	50 ml
Bananen	50 g
Birnen	50 g

Zubereitung

1. Im Mixtopf Couscous mit Wasser 10 Min./100 °C/Stufe 2 garen. Inzwischen Banane schälen und in grobe Stücke schneiden. Birne schälen, halbieren und Kerngehäuse entfernen.
2. Anschließend Banane und Birne zugeben und 20 Sek./Stufe 8 fein pürieren. Babybrei mit Couscous, Banane und Birne abkühlen lassen, umfüllen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	145 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	0 g