



Rezepte > Andere

# Babybrei mit Grießbrei und Aprikose

Zeit gesamt  
🕒 15min

Zubereitungszeit  
🍲 5min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 1 Portionen

Milch	200 ml
Weichweizengrieß	20 g
Aprikosen, frisch	50 g
Wasser	30 ml

## Zubereitung

1. In einem Topf Milch aufkochen. Sobald die Milch kocht, Grieß einstreuen und auf niedriger Stufe unter ständigem Rühren ca. 2–3 Min. köcheln. Topf vom Herd nehmen und ca. 5 Min. quellen lassen.
2. Inzwischen Aprikosen waschen, halbieren, Kern entfernen und klein schneiden. In einem Topf Aprikosen mit Wasser aufkochen. Anschließend Aprikosen mit dem Kochwasser fein pürieren.
3. Grießbrei mit Aprikose umfüllen, abkühlen lassen und füttern.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	208 kcal
Kohlenhydrate	28 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	7 g