



Rezepte > Andere

# 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     |