



Rezepte > Andere

Babybrei mit Hühnchen, Karotte und Reis

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 5min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Karotten	100 g
Hähnchenbrustfilets	20 g
Langkornreis	25 g
Öl	1 EL
Orangensaft	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Karotte schälen, Enden entfernen und in kleine Würfel schneiden. Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden.
2. In den Mixtopf Reis mit etwa 500 ml Wasser geben. In den Dampfgaraufsatz Karotte und Fleisch geben und auf der Dampfgarstufe 25 Min. weich garen.
3. Anschließend Garflüssigkeit umfüllen. Im Mixtopf Karotte, Fleisch und Reis mit Öl, Orangensaft und 40 ml Garflüssigkeit fein pürieren. Babybrei mit Hühnchen, Karotte und Reis umfüllen, abkühlen lassen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	261 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	11 g