



Rezepte > Andere

Grundrezept Milch-Getreide-Brei

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

| | |
|--------------------|--------|
| Haferflocken, zart | 20 g |
| Milch | 200 ml |
| Apfelmus | 20 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Im Mixtopf Haferflocken 8 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Milch zugeben und 8 Min./100°C/Stufe 3 garen.

2. Anschließend mit Apfelmus alles zusammen 20 Sek./Stufe 8 fein pürieren. Milch-Getreide-Brei abkühlen lassen, umfüllen und füttern.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 202 kcal |
| Kohlenhydrate | 23 g |
| Eiweiß | 9 g |
| Ballaststoffe | 0 g |
| Fette | 8 g |