



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