



Karottenbrei mit Mais Getreide und Milch zum Abend

vegetarisch

Zutaten

- **Zutaten**
- 2 Karotten
- 3 TL Gemüsemais (Tiefkühlware)
- 100 ml Voll- oder Pre-Milch
- 15 g Instant-Getreideflocken
- 1 EL Butter



So wird der Babybrei zubereitet:

1. Schäle die Karotten und schneide sie in kleine Würfel.
2. Gib sie zusammen mit dem Mais in einen kleinen Topf und bedecke sie schwach mit Wasser. Koche das Gemüse nun für 8-10 Minuten. Püriere es dann samt Kochwasser zu einem feinen Brei.
3. Während der Kochzeit kannst du bereits aus der Milch und den Getreideflocken einen Getreide-Milchbrei zubereiten. Beachte dabei die Packungsanleitung deiner Getreideflocken!
4. Verrühre die Hälfte des Karotten-Maisbrei mit dem Getreidebrei und rühre die Butter unter. Fertig ist der herz hafte Abendbrei.

Die zweite Hälfte Karotten-Maisbrei hebst du im Kühlschrank für den nächsten Tag auf, dann brauchst du nur noch den Getreide-Milchbrei frisch zubereiten (denn diesen sollte man nicht auf Vorrat anrühren).

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE
MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>