Milchreispuffer

vegetarisch
ab 10. Monat

Zutaten

- **Du brauchst:**
- Milchreis von 0,5 l Milch (mein Milchreis-Rezept und Anleitung)
- 1 Ei
- ca. 100 g Mehl
- Sonnenblumenöl oder Kokosöl (gibt ein tolles Aroma)

Milchreis-Puffer selber machen – so gehts:

1. Koche zuerst den Milchreis ganz normal wie immer und lass ihn dann abkühlen. *(Ich koche immer gleich Milchreis von 1 Liter. Ein Teil wird dann direkt gegessen, der andere für die Milchreispuffer beiseite gestellt).*
2. Rühre das Ei und das Mehl unter den Milchreis. Dabei sollte die Masse Bindung bekommen. Erscheint sie dir noch zu flüssig, so gib noch etwas mehr Mehl hinzu.

   Je nach Lust und Laune kannst du auch einen Apfel hineinreiben, Zitronenschale zufügen, Kokosrapsel untermischen oder Vanilleexrakt unterrühren.
3. Nimm dir eine große Pfanne und erhitze etwas Sonnenblumenöl oder ein anderes Bratfett darin.
4. Nun gibst du kleine Teighäufchen hinein, die du nacheinander ausbäckst. Wende sie dabei vorsichtig, am Anfang fallen sie leicht auseinander.
5. Serviere deine Milchreispuffer anschließend mit Apfelmark oder Apfelkompott, mit Kirschgrütze oder einer fruchtigen Erdbeersauce.

Du kannst die Milchreis-Puffer auch auskühlen lassen und dann in einer Brotdose für unterwegs mitnehmen. Planst du sie für ein Picknick, so bereite sie für optimalen Halt möglichst klein zu.

Unsere Empfehlung für Dich:

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