



Milchreispuffer



vegetarisch

ab 10. Monat

Milchreis-Puffer – ein süßes Hauptgericht nicht nur für kleine Kinder

Milchreis-Puffer eignen sich perfekt als Resteverwertung von Milchreis. Sie sind aber so lecker, dass es sich auch lohnt extra Milchreis für sie zu kochen und erkalten zu lassen. Ist der Milchreis bereits fertig, geht die Zubereitung ganz schnell und einfach.

Meine Kinder und auch ich essen die süßen Puffer gern als schnelles Mittagessen im Alltag nach der Schule und Arbeit. Sie werden ohne Zucker zubereitet und eignen sich daher auch schon als breifreie Beikost für die ganz kleinen Mäuse.

• 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, Kokosraspel untermischen oder Vanilleextrakt unterrühren.

3. Nimm dir eine große Pfanne und erhitz 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 Milchreispudding anschließend mit [Apfelmark oder Apfelkompott](#), mit Kirschgrütze oder einer fruchtigen [Erdbeersauce](#).

Du kannst die Milchreis-Puffer auch auskühlen lassen und dann in einer Brotbox 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>

Du hast Lust auf noch mehr Milchreis? Dann ist vielleicht auch ein [Milchreis-Auflauf](#) genau das Richtige für dich.