



Nachmittagsbrei mit Möhren und Brombeeren

vegetarisch
ab 6. Monat



Zutaten

- 100 g Möhren (geschält)
- 20 g Getreideflocken
- 1 Handvoll Brombeeren
- 1 TL Rapsöl

So bereitest du den Babybrei mit Möhren und Brombeeren zu:

1. Schneide die Möhren in kleine Würfel, gib sie in einen Kochtopf und bedecke sie schwach mit Wasser. Gare sie etwa 10 Minuten, gib die Brombeeren hinzu und püriere beides anschließend samt Flüssigkeit zu einem feinen Brei.
2. Nun rührst du die Getreideflocken unter und lässt sie etwa 2 Minuten lang quellen. Sollte dein Brei zu fest werden, dann gib ruhig noch etwas Wasser oder einen Schluck Apfelsaft hinzu, bis deine gewünschte Konsistenz erreicht ist.
3. Zum Schluss folgt noch der obligatorische Esslöffel Rapsöl für den Babybrei, der dein Baby beim Verdauen der wertvollen Vitamine unterstützt.

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

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