Schneller Kaiser-Reis-Brei

vegetarisch

ab 7. Monat

Zutaten

- **Zutaten für 5-6 Portionen**
- 200 g gekochter Risotto-Reis (entspricht etwa 70 g Rohgewicht)
- 300 ml Wasser
- 750 g tiefgekühltes Kaisergemüse
- Beikostöl

So bereitest du den Kaiser-Reis-Brei zu

1. Bring zuerst das Wasser zum Kochen und gib dann den Reis dazu.
2. Jetzt kommt auch gleich das tiefgefrorene Kaisergemüse mit in den Topf.
3. Lass alles zusammen bei geschlossenem Deckel (damit die Vitamine nicht entweichen) etwa 20 Minuten leicht köcheln. Rühre dabei ab und zu um, damit der Reis nicht anbrennt.
4. Anschließend pürierst du das Kaisergemüse samt Kochwasser mit dem Reis zu einem feinen Babybrei. Gib dabei nach Bedarf noch Flüssigkeit in Form von Wasser hinzu.
5. Nun kannst du bereits eine Portion abnehmen, einen Esslöffel Rapsöl oder anderes Beikostöl zufügen und dein Baby mit dem Babybrei aus Tiefkühlgemüse füttern. Ich wünsche guten Appetit!
6. Lass den übrigen Babybrei gut abkühlen und friere ihn dann portionsweise als Mittagsbrei ein. Besonders gut eignen sich dafür die Breibehälter von Avent*.

Unsere Empfehlung für Dich:

erhältlich unter

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