Schokobrei

vegetarisch
ab 7. Monat

Zutaten

- **Für diesen Babybrei braucht ihr**

- 1 Avocado
- 2 Bananen
- 1 EL entölten Kakao ohne Zucker

Wie mache ich den Schokobrei?

Das Rezept und die Zubereitung des gesunden Breis mit Avocado, Kakao und Bananen für euer Baby ist ganz einfach. Halbiert die Avocado, entfernt den Kern und löffelt das Fruchtfleisch heraus. Dann gebt ihr das Fruchtfleisch zusammen mit der Banane und dem Kakao in eine Schüssel und püriert die Masse zu einem feinen Schokobrei. Je reifer eure Bananen sind, desto süßer wird der Babybrei.

Ihr könnt den Schokobrei mit Banane und Avocado eurem Baby oder Kleinkind pur als Obstbrei anbieten oder ihr mischt ihn für einen Schoko-Abendbrei unter einen Grießbrei. Wir Erwachsenen essen ihn gern als gesunde zuckerfreie Mousse au Chocolat, wobei unsere Kids auf die Grießbrei Variante schwören. ;-)

Unsere Empfehlung für Dich:

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