Süsser Couscous Babybrei mit Obst

ab 7. Monat

Zutaten

- **Zutaten für den süßen Couscous-Brei (2 Portionen)**
- 50 g Couscous
- 5 EL Wasser
- 3 EL Orangensaft
- ½ Banane
- 1 Kiwi
- 1/2 Mango
- 1 EL Rapsöl

So bereitest du den süßen Couscous zu

1. Gib den Couscous in eine Schüssel, bringe das Wasser zum Kochen und gieße es dann in die Schüssel. Lass den Couscous nun etwas ziehen.
2. In der Zwischenzeit schälst du die Banane, die Mango und die Kiwi und schneidest sie in kleine Stücke.
3. Wenn der Couscous das Wasser aufgenommen hat, gibst du den Orangensaft, das Öl und das Obst dazu und rührst alles gut um.
4. Lass den süßen Couscous für einige Zeit ziehen und serviere ihn dann deinem Baby oder Kind

Babys, die schon an stückige Kost gewöhnt sind, mögen den Couscous-Obst-Brei schon so in dieser körnigen Form.
Für kleinere Babys kannst du ihn noch zu einem feinen Brei pürieren oder kräftig mit einer Gabel zerdrücken (eventuell musst du dazu nochmal etwas Wasser oder Saft hinzufügen).

Unsere Empfehlung für Dich:

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