

Apfel-Birnen-Bananen-Brei

Mit dem Apfel-Birnen-Bananen-Brei gewöhnt man die Kleinen an den Geschmack von frischem Obst. Ein einfaches Rezept, das dem Kind besser bekommt als Fertigbrei.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

1 Stk.	Apfel
1 Stk.	Birne
0.5 Stk.	Bananen

Zubereitung

1. Der **Apfel-Birnen-Bananen-Brei** ist eine bekömmliche Mahlzeit für die kleinsten Genießer. Birne und Apfel waschen und Schale entfernen. Kerngehäuse und Stiel herausschneiden.
2. Apfel und Birne in kleine Stücke schneiden, mit etwas Wasser in einen Topf geben und bei geringer Hitze dahinköcheln, bis die Fruchtstücke weich sind. Das Kochwasser anschließend auffangen.
3. Bananenschale entfernen und die Banane in feine Scheiben schneiden, um diese anschließend mit dem Apfel-Birnen-Brei zu vermengen.
4. Die Masse zu einem geschmeidigen Mus mit einem Pürrierstab mixen. Etwas vom Kochwasser hinzugeben und so dem Brei eine geschmeidige Konsistenz verleihen.

Tipp

Der Apfel-Birnen-Bananen-Brei kann einem Kleinkind ab 6 Monaten gereicht werden. Eventuell mit Himbeeren verzieren.