

Dinkelbrei für Babys

Von Beginn an gesund frühstücken? Mit diesem Rezept kein Problem! Der Dinkelbrei für Babys sorgt für den idealen Start in den Tag.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

110 g	Birnen
1 Stk.	Waffel (Dinkel)
100 ml	Wasser (heißes)
1 TL	Butter (oder Pflanzenöl)

Zubereitung

1. Für den Dinkelbrei für Babys die Birne schälen, halbieren, Stiel und Kerngehäuse entfernen und auf einer Gemsereibe sehr fein reiben. Dinkelwaffel in mundgerechte Stcke teilen und zu der Birne geben.
2. Mit dem heißen Wasser verrühren und alles einige Minuten quellen lassen. Kurz vor dem Servieren etwas Butter oder Öl unterrühren.

Tipp

Dieser Dinkelbrei ist für Babys ab dem 8. Lebensmonat geeignet. Für eine verdauungsfördernde Wirkung das Wasser durch frisch gekochten Tee ersetzen.