Apfel-Bananen-Mus

Beim Rezept für Apfel-Bananen-Mus weiß man genau, was drin ist. Am besten ungespritztes Bio-Obst verwenden.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

0.5 Stk.	Äpfel
0.5 Stk.	Bananen

Zubereitung

1. Das **Apfel-Bananen-Mus** ist eine gesunde Mahlzeit für Babys und Kleinkinder. Den Apfel waschen, gründlich schälen und sorgfältig das komplette Kerngehäuse entfernen.

2. Im Anschluss in mundgerechte Stücke zerschneiden.

3. Apfelstücke und etwas Wasser in einen Topf füllen und bei wenig Hitze weich kochen.

4. Banane abziehen und in Stücke schneiden, danach zum weichen Apfel geben und alles mit einem elektrischen Stabmixer pürieren oder mit der Gabel zerdrücken.

Tipp

Das Apfel-Bananen-Mus ist eine optimale, erste Beikost für die Kleinen.