Apfel-Trauben-Hirse-Brei

Nur das Beste für das Kind: Mit dem Rezept für Apfel-Trauben-Hirse-Brei kann man sicher sein, nur natürliche Lebensmittel zu füttern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

1 Stk.	Apfel
10 Stk.	Weintrauben
2 EL	Hirseflocken
1 TL	Butter

Zubereitung

1. Der **Apfel-Trauben-Hirse-Brei** stellt eine vollwertige Mahlzeit dar und ist in wenigen Minuten zubereitet. Zu Beginn Apfel waschen, schälen und zerkleinern, dabei das Kerngehäuse wie auch Putz und Stängel ablösen.

2. Wenig Wasser in einen Topf geben, die Apfelstücke hineingeben und weich köcheln. Das Kochwasser nicht abgießen.

3. Unterdessen Trauben gründlich waschen, entkernen und in feine Stücke schneiden. Trauben zu den Äpfeln geben und alles mit dem Stabmixer pürieren.

4. Hirseflocken unter das erwärmte Mus geben und kurz aufgehen lassen. Mit Rapsöl oder Butter verfeinern und vor dem Servieren nochmals die Temperatur überprüfen.

Tipp

Der Apfel-Trauben-Hirse-Brei kann ab 7 Monaten gereicht werden.