



Von wegen alles Banane

Milch-Getreide-Brei

Wie wäre es mit einem Milch-Getreide-Brei? Er ersetzt z. B. die Milchmahlzeit am Abend und liefert hochwertiges Eiweiß und Calcium.



Du brauchst:

- ✔ **20 g** reife Bio-Banane (frei von grünen Stellen)
- ✔ **200 ml** der gewohnten Milch-nahrung deines Babys (z. B. Milupa Milumil 2)
- ✔ **5 EL (20 g)** Getreideflocken (z. B. Milupa Bio Getreidebrei 7 Korn ab dem 6. Monat)

So wird's gemacht:

Bananenpüree:

- 1 Schäle die Banane, schneide etwa 20 g davon ab
- 2 Zerdrücke diese mit einer Gabel, bis ein weicher Brei entsteht

Milch-Getreide-Brei:

- 1 Bereite die Milch-nahrung laut Packungsangabe zu
- 2 Verrühre die Getreideflocken mit der Milch in einem Teller und vermische den Milch-Getreide-Brei zu guter Letzt mit dem Bananenmus