

Wichtiger Hinweis: Dieses Rezept ist für die Weglassphase geeignet. Bitte passe es aber dennoch der individuellen Verträglichkeit deines Kindes an.

FEBA-Milchreis

Zutaten

1 Liter Reiskorn
 ¼ TL Vanille-Extrakt
 1 EL Rapsöl
 1 Prise Salz
 200 g Milch- oder Risottoreis
 1 EL Mandelmus hell
 2 EL Reisrahm

Topping (optional) je nach Verträglichkeit:
 Früchte, Febatella, Fruchtmos, geröstete
 Kürbiskerne



Zubereitung

Den Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser waschen, bis das Wasser klar ist.

Reiskorn, Vanille-Extrakt, Salz und Rapsöl zusammen aufkochen. Den Reis begeben und unter gelegentlichem Rühren auf kleiner Stufe köcheln oder ziehen lassen, bis der Reis weich ist und ein dicker, noch feuchter Brei entstanden ist.

Zum Schluss Mandelmus und Reisrahm unterrühren. Als Topping eignen sich je nach Verträglichkeit Früchte, Febatella, Fruchtmos oder geröstete Kürbiskerne.

Sobald getestet und verträglich, zusätzlich mit Zimt bestreuen.

Dieses Rezept ist von Christine M.