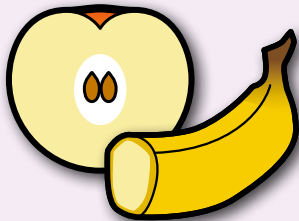


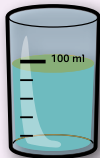
# Ich koche Brei aus Getreide und Obst



## Ich brauche:



100 Gramm  
frisches Obst

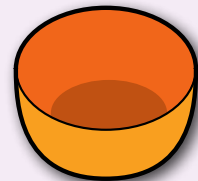


etwas Wasser (90 ml)



20 Gramm  
Voll-Korn-Getreide-Flocken

1 Tee-Löffel Öl  
zum Beispiel:  
Raps-Öl



Schüssel

## So mache ich den Brei:

Ich reibe einen halben Apfel.  
Oder ich zerdrücke eine halbe Banane.  
Dann kann sich mein Baby nicht verschlucken.  
Ich koche die Flocken in Wasser.  
Die Flocken kochen 3 Minuten.  
Ich verrühre die Flocken mit dem Obst.  
Ich rühre 1 Tee-Löffel Raps-Öl in den Brei.

**Mein Baby isst den Brei mit dem Löffel.**  
Es isst so viel, wie es will.  
Dazu trinkt es Leitungswasser.

