

## Milch Getreide Brei- ganz einfach selbst gemacht!

Nach der Einführung des Gemüse- Kartoffel-Fleisch- Breis , kann die zweite Breimahlzeit angeboten werden .Dies kann ein Milch- Getreide- Brei sein, den man gut am Abend füttern kann.

Zutaten:

- 200 ml Milch
- 20 g Getreideflocken oder Grieß
- Optional 2 EL zerdrücktes oder geriebenes Obst

Die Menge kann variieren, aber das Mischungsverhältnis bleibt.

Zubereitung:

- Getreideflocken in die kalte Milch, Grieß in die kochende Milch einrühren.
- Das Ganze aufkochen und unter Rühren quellen lassen.
- Nach Geschmack das Obst unterrühren.
- Den Brei auf Esstemperatur abkühlen lassen.