

Fruchtaufstrich

Rezept Info

- ab 8 Monate
- sättigend
- abschlecken erlaubt :)

Dieser Fruchtaufstrich ist lecker, gut sättigend und sehr gesund. Ihr Kind darf also ruhig den Belag vom Brot schlecken und Nachschlag haben.

Zutaten

- [1 EL zarte Haferflocken](#)
- 3 EL Wasser
- ~ 4 [getrocknete \(ungeschwefelte\) Aprikosen](#)
- ~ 5 Erdbeeren
- 1 TL (süßrahm) Butter

Zubereitung

1. Haferflocken in eine [Puriergefäß](#) geben.
2. Wasser abkochen, sofort 3 EL über die Haferflocken geben und ~ 10 Minuten quellen lassen.
3. Die weiteren Zutaten zugeben und fein pürieren.

Vorratshaltung

Der Aufstrich ist ~ 5 Tage in einem [Twist-Off® Glas](#) im Kühlschrank haltbar.

Schritt für Schritt



