

Porridge Grundrezept



vegetarisch

stillfreundlich

kleinkindtauglich

diabetistauglich

gesund

Zutaten für 1 Portion:

- 200 ml Milch (auch pflanzliche Sorten möglich) oder Wasser
- 4 EL zarte Haferflocken
- 1 Prise Salz

Kochzeit/Backzeit:

ca. 5 Minuten

So machst du den Haferbrei selber

1. Gib die Milch oder Flüssigkeit deiner Wahl in einen kleinen Topf.
2. Füge die Haferflocken hinzu, rühre um und bringe sie zum Kochen. Außerdem fügst du eine Prise Salz hinzu, welche die Aromen der anderen Zutaten unterstreicht.
3. Lass deinen Haferbrei für 1-2 Minuten schwach köcheln, stelle dann die Herdplatte aus und lass es für weitere 3-4 Minuten ziehen. Rühre dabei immer wieder gut um, denn nur so erhält dein Haferbrei die cremige Konsistenz.
4. Dein Porridge ist nun fertig und kann serviert werden. Ergänze es dazu mit Toppings deiner Wahl.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

