

Bunte - Kinderpuddings

Kategorien: Kleinkinder, Dessert

Zutaten für: 6 Kleine Puddings

600	ml	Milch
2	Teel.	Agar-Agar
80	Gramm	Vollkorn Grieß
20	Gramm	Butter oder Margarine
4		Bananen (500 g Fruchtfl.); ca.
	Etwas	Zitronensaft
		Alternativ 4 El Caropulver +
1	Teel.	Kakaopulver
		Oder 1 Stückchen unbeh. Zitronenschale +
4	Essl.	Zitronensaft
		Sowie 1/2 Briefchen Safran

Anleitung:

Nachmittags bekommen Babys ab dem 7./8. Monat einen Getreide-Obst-Brei.

Die etwas Größeren mögen meist etwas Süßes. Diese Puddings (Banane pur, Schoko oder Zitrone) sollen den Süßhunger stillen und mit den nötigen Nährstoffen versorgen.

Milch mit Agar-Agar verrühren, zum Kochen bringen, Grieß einrieseln lassen. Etwa 2 Minuten köcheln lassen, vom Herd ziehen, Butter einrühren.

Bananen mit etwas Zitronensaft pürieren und unter die Grießmasse ziehen.

6 Förmchen (a 150 ml Inhalt) mit kaltem Wasser ausschwenken. Grießmasse einfüllen. Über Nacht in den Kühlschrank stellen, am nächsten Tag stürzen.

(Je Pudding ca. 218 kcal bzw. 912 kJ).

Für den Zitronenpudding Safran in die Milch rühren, Zitronenschale mitkochen, dann entfernen und den Zitronensaft mit den Bananen pürieren.

(Je ca. 220 kcal bzw. 920 kJ).

Für den Schokopudding beide Pulver in die Milch einrühren und mitkochen.

(Je ca. 237 kcal bzw. 994 kJ).

Die Puddings kann man auch noch ein bißchen interessant servieren. Da gibt's verschiedene Puddingförmchen oder auch die Möglichkeit, den festen Pudding auf dem Teller gestürzt ein wenig zu arrangieren und zu garnieren. Auf dem Bild dabei sah ich einen braunen runden Pudding mit Gesicht garniert und einen weißen bzw. gelben Pudding zurechtgemacht als Pullover. Dazu noch kleine rote Marmeladenkleckschen als Ohren... :-)

Ein bißchen Phantasie regt den Appetit der lieben Kleinen an (leider ab und zu auch den Spieltrieb zum Manschen) ;-)

Ich wünsche Ihnen stets gutes Gelingen "

Freundlichst Ihr Konrad Heizmann

www.Heizmanns-Rezepte.de

Bunte - Kinderpuddings

Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann