Reisschleim für Baby, Kinder & Erwachsene

Zutaten:

- Reis (1 Tasse)
- Wasser (5 Tassen)
- ½ TL Salz

Arbeitszeit:	ca. 5 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 45 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 50 Minuten

Zubereitung:

1. Gib den Reis in ein Sieb und wasche ihn solange, bis es nicht mehr schäumt.
2. Bringe 5 Tassen Wasser mit Salz in einem Topf zum Kochen. Gib den Reis hinein.
3. Koche den Reis unter regelmäßigem Rühren für 45 Minuten bei schwacher Hitze. Der Reisschleim ist fertig, wenn er eine schleimige Konsistenz hat.
4. Püriere den Reisschleim anschließend oder drücke ihn durch ein Sieb.

Hinweis: Die Informationen in diesem Artikel enthalten lediglich allgemeine Erkenntnisse. Zur Abklärung eines gesundheitlichen Problems oder bei Bedenken bezüglich der Ernährung deines Kindes, ist es ratsam, dies mit der Kinderärztin oder dem Kinderarzt deines Vertrauens zu besprechen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.