

PAPA COM GLÚTEN- AVEIA E MILLET (6 MESES) - MINI TAÇA



INGREDIENTES

- 2 COLHERES SOPA FLOCOS DE AVEIA
- 4 COLHERES SOPA DE MILLET EM GRÃO (PREVIAMENTE DEMOLHADO)
- 400 ML ÁGUA
- 1 MAÇÃ PARTIDA AOS PEDAÇOS
- 0,7LTS ÁGUA PARA A TAÇA

CONFEÇÃO

1. DEMOLHE O MILLET PREFERENCIALMENTE DUM DIA PARA O OUTRO OU o MÁXIMO DE HORAS POSSÍVEL.

2. Descarte a água de demolhar.

3. COLOCAR 0,7 LTS ÁGUA NA TAÇA GRANDE. INSERIR A MINI TAÇA E A LÂMINA. COLOCAR OS INGREDIENTES E PROGRAMAR VELOCIDADE 4, 100° POR 18 MINUTOS. TRITURAR EM PULSE (VELOCIDADE 13) POR 1 MINUTO. DEPOIS NA VELOCIDADE 12 POR 1 MINUTO.

4. Foto: apitadadopai
