

PAPA COM GLÚTEN-AVEIA E MILLET (6 MESES)



INGREDIENTES

- 2 COLHERES SOPA FLOCOS DE AVEIA
- 4 COLHERES SOPA DE MILLET EM GRÃO (PREVIAMENTE DEMOLHADO)
- 400 ML ÁGUA
- 1 MAÇÃ PARTIDA AOS PEDAÇOS

CONFEÇÃO

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

2. Deite fora a água de demolhar.

3. LÂMINA ULTRABLADE

4. COLOCAR OS INGREDIENTES NA TAÇA. PROGRAMAR VELOCIDADE 4, 100° , 18 MINUTOS.

5. NO FIM TRITURAR NA VELOCIDADE 12 POR 2 MINUTOS OU ATÉ FICAR HOMOGÊNEO.

6. DEIXAR ARREFECER E GUARDAR NO FRIGORÍFICO OU CONGELAR.

7. Foto: apitadadopai
