



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

HIRSEGRØD – FRA 6 MÅNEDER

INGREDIENSER:

1 portion

1 dl hirseflager

3 – 3 ½ dl vand

1 tsk. fedtstof, fx planteolie

4 mål Profylac



SÅDAN GØR DU:

Hirseflager og vand kommes i en gryde og koges i cirka 2 minutter under omrøring.

Lad grøden køle af til cirka 40°C og pisk Profylac-pulveret i.

Olien røres i til sidst.

Serveres med grøntsags- eller frugtmos for at skabe variation i smagsoplevelserne.