



# BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

## ØLLEBRØD – FRA 6 MÅNEDER

### INGREDIENSER:

1 portion

150 g mørkt rugbrød uden kerner

2 – 2 ½ dl vand

1 tsk. fedtstof, fx planteolie

4 mål Profylac opløses i 1,6 dl kogt, afkølet (40°C) vand



### SÅDAN GØR DU:

Rugbrødet smuldres i en gryde, og der hældes vand over, så brødet lige dækkes.

Grøden koges ved svag varme i udblødningsvandet, og der tilsættes lidt mere vand.

Grøden piskes, så eventuelle klumper opløses. Tilsæt fedtstof.

Profylac-blandingen tilsættes når grøden er afkølet til cirka 40°C.

Server eksempelvis øllebrød med frugtmos eller et drys kanel.