



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATES VE PATATESLİ TAVUK (BEBEKLER İÇİN)

1 adet domates (kabuğu soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış ve doğranmış)

1 adet küçük patates (soyulmuş ve doğranmış)

30 gram tavuk göğsü (doğranmış)

Bir tavaya biraz su, patates ve tavuk göğsü koyun kaynatın.

Yumuşayana kadar kaynatın (yaklaşık 15 dakika).

Son 2 dakika kala domates ekleyin.

Süzün ve süzdüğünüz suyun bir kısmını gerektiğinde mamayı inceltmek için saklayın.