



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## BALKABAKLI MEYVE ŞÖLENİ

6. aydan itibaren

Gülbin Arıkan – Ezgi Nehir bebeğin annesi

Malzemeler

50 gr haşlanmış bal kabağı (2-3 çorba kaşığı kadar)

¼ elma

¼ armut

1 çay kaşığı pekmez

3 tatlı kaşığı Milupa Organik Sütlaç

Hazırlanışı:

Balkabağı, elma ve armut birlikte haşlanır ve ezilir. Ezilen meyve karışımına 3 tatlı kaşığı Milupa Organik Sütlaç ve 1 çay kaşığı pekmez ilave edilerek karıştırılır. Bebeğinizin meyve şöleni hazır.

---