



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BROKOLİ VE PATATES PÜRESİ (BEBEKLER İÇİN)

1 adet patates
1 adet küçük brokoli
2 öğün eder

Brokolinin saplarını ayıklayıp minik parçalar halinde doğrayın.

Patatesi soyun, doğrayın ve pişirin.

Brokoliyi buharlı pişiriciye koyup kaynayan su bulunan haznenin üzerine yerleştirin.

Kapağı kapatıp yumuşayınca kadar yaklaşık 10 dakika buharda pişirin.

Mini blender'ınızla veya ezerek püre haline getirin.

Not: Bezelye ve havuç ya da kabak ve tatlı patates gibi diğer harika sebze kombinasyonlarını deneyebilirsiniz.