



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ SEBZE PÜRESİ (12 AY)

<https://www.elele.com.tr>

- 1 adet domates
- 1/4 dolmalık kırmızıbiber
- 1/2 adet kabak
- 1 tatlı kaşığı kırmızı mercimek
- 1 çay kaşığı pirinç
- 1 su bardağı tavuk suyu

Tavuk suyuna çekirdekleri temizlenip rendelenmiş domatesi, kabağı, mercimeği, dolmalık kırmızıbiberi ve pirinci ekleyin. Mercimek ve pirinçler iyice haşlanınca ocaktan alın. Püre haline getirdikten sonra bebeğinize servis yapın.

