



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇ ŞALGAM PATATES PÜRESİ (4 AY)

Malzeme:

80 g havuç

70 g patates

50 g şalgam

1/2 çay kaşığı zeytinyağı

3 bardak su

Hepsini beraberce haşlayın, ezin.

Not: Daha besleyici çorba için, su yerine süt kullanılabilir.
