



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## İRMİKLİ MUZ PÜRESİ (+6 AY)

<https://evolvia.com.tr>

1 yemek kaşığı irmik (10 gr)  
1/2 tatlı kaşığı pekmez (2.5 gr)  
1/2 adet muz (85 gr)  
60 ml anne sütü veya pirinç bazlı formüla

Su ve irmiği tencereye koyup pişiriniz. İlıyınca muz, anne sütü veya 2 ölçek pirinç bazlı formüla ve isteğe bağılı pekmezi ilave edip karıştırınız.

---