



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI AVOKADO

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

½ adet avokado
Birkaç yaprak ispanak
1 diş sarımsak
Zeytinyağı
Az limon

Avokadoyu küp küp doğrayın, ispanağı ince kıyın, sarımsağı rendeleyin. Bütün malzemeyi karıştırın. Bebeğiniz küçükse püre yapın.

