



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

MERCİMEK VE KIŞNIŞLI HAVUÇ PÜRESİ (5 AY)

350 gr havuç
170 gr patates
60 gr kırmızı mercimek
1/2 tatlı kaşığı toz kişniş
30 cl süt

Bütün sebzeleri buharda pişirin. İyice ezerek püre haline getirin, kişnişi ilave edin, sütle karıştırarak bebeğe yedin.
