



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİRİNÇLİ BROKOLİ (12 AY)

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

80 gr. brokoli
1 tatlı kaşığı zeytinyağı
1 çay kaşığı pirinç
20 gr. tuzsuz beyaz peynir

Pirinci sıcak suda, su soğuyuncaya kadar bekletin. Brokoli ile birlikte 10 dakika kadar haşlayın. Çatalla ezip zeytinyağı ve tuzsuz beyaz peynir ile tatlandırın. Bebeğinize servis yapın.

