



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

PİRİNÇLİ OMLET (9 AY)

1/2 bardak pişmiş pirinç
1 yumurta
1 çorba kaşığı Dondurulmuş bezelye
1/2 tavuk jambon

Pişmiş pirince, 1 yumurta kırın, 1 çorba kaşığı su, 1 çorba kaşığı bezelye ve kıyılmış yarım jambon katıp çok iyi karıştırın ve omlet gibi pişirin. Bebeğiniz bayılacak.