



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

POTASYUM KAYNAĞI SEBZE PÜRESİ (6 AY)

- 1 adet minik patates
- 1 adet havuç
- 1 adet kabak
- 1 tatlı kaşığı zeytinyağı
- 1 adet Eti Cicibebe Ekmeği

Tüm malzemeleri doğrayıp kaynar suda haşlayın.

Haşlanan sebzeleri blendera aktarın.

Tüm malzemeyi bebeğinizin çiğneme alışkanlığına göre blenderda öğütün.

Eti Cicibebe Ekmeğini mamanın üzerine kırın.

Üzerine az zeytinyağı ekleyin.

