



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## PROTEİN DEPOSU MERCİMEK PÜRESİ (6 AY)

1/2 su bardağı kırmızı mercimek  
4-5 adet Eti Cicibebek Bebek Bisküvisi  
1 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 yemek kaşığı kadar ufak kesilmiş havuç  
1/2 bardak su

Kırmızı mercimekleri iki üç kez iyice yıkayın, bir gece önceden mercimekleri suda bırakın.

Havuçları bir tavada 4-5 dakika soteleyin.

Mercimekleri tencereye ekleyin. Ardından suyu ekleyin. Su kaynamaya başladığında altını kısın ve 40-50 dakika mercimekler yumuşayana kadar haşlayın.

Karışımın suyunu süzerek blendera alın ve üzerine Eti Cicibebek Bebek Bisküvilerini ekleyin.

Tüm harcı blenderdan geçirip püre haline getirirken haşlama suyundan da kaşık kaşık üzerine ekleyin.

