



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

REZENELİ ALABALIK PÜRESİ (10 AY)

1 patatesin püresi
80 ml yarım yağlı süt
80 ml su
60 gram alabalık fileto
60 gram rezene
Maydanoz 10 gram
Tuz

Rezeneleri soyun, yıkayın, buharda 20 dakika pişirin. Alabalık fileto larını kaynar su içinde 8 dakika haşlayın. Maydanozu ince kıyın, bütün malzemeyi ve patates püresini süt ve suyla birlikte ezerek püre yapın.