



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

Purée De Pomme

Elma Püresi



1 pomme
1 cuillère à soupe de moût de raisin
4 cuillères à soupe d'eau

- # Épluchez la peau de la pomme. Prenez le nid des pépins puis coupez grossièrement.
- # Prenez les pommes dans une petite casserole. Laissez de l'eau puis fermez le couvercle.
- # Placez à basse température puis faites cuire jusqu'à qu'ils se ramollissent.
- # Prenez dans une assiette puis rajoutez du moût de raisin.
- # Écrasez avec une fourchette pour obtenir une purée.
- # Faites manger au bébé avec une cuillère.

N-B; Vous pouvez faire consommer cette purée au bébé à partir du sixième mois.