وصفة الموز الساخن ولمسة من العسل للاطفال

الطفل بين 1 و 3 سنوات

وصفة

PREP: 5دقائق

COOKING: 2دقائق

الغداء

المكونات

- 1/2 موزة
- 300 مل من المياه المعدنية أو مياه الينابيع مناسبة لتغذية الرضع
- 1 ملعقة صغيرة عسل

خطوة بخطوة

التحضير والطبخ

1. قشر وقطع الموز إلى شرائح.
2. في قدر من الماء ، اطهي شرائح الموز لمدة دقيقتين.
3. صفي الشرائح. رتبهم على طبق حلوى.

4. يرش بالعسل ويقدم ساخناً.