

# بانكيك الموز



## المكونات



1  
صغار بيضة



1/2  
موزة طازجة



40غ سيريلاك\*  
قمح وقطع فواكه (8 أشهر+)



1/4 ملعقة  
صغيرة قرفة



1 ملعقة  
صغيرة زيت نباتي



1/3  
كوب حليب



1/2 ملعقة  
صغيرة باكينغ باوور



2ملعقة  
كبيرة طحين

## خطوة بخطوة

1. اهرسي قطعة الموز في وعاء.
2. أضيفي صفار البيضة مع الحليب، والزيت ثم امزجيهما معاً.
3. أضيفي سيريلاك، مع الطحين، الباكينغ باوور، والقرفة.
4. استمري بالخفق حتى تمتزج المكونات جيداً. إذا أصبح المزيج جافاً، ضعي ملعقة كبيرة إضافية من الحليب.
5. اطهي المكونات معاً في مقلاة غير لاصقة ثم قدميها مع سيريلاك مهروس الفواكه (اختيارياً).

ملاحظة: احرصى على مراقبة الزواقة الصغار أثناء تناول الطعام، كما يمكنك تقطيع أو تغيير شكل الطبق بشكل يلهم متطلباته.



# بانكيك الموز



20 دقيقة الوقت الكلي	6 دقائق الطعام	يخدم
10 دقيقة التحضير	10 دقيقة الطبخ	

ملاحظة هامة: نؤمن بأن الرضاعة الطبيعية هي البداية الغذائية المثالية للأطفال، ونحن نؤيد تماماً توصية منظمة الصحة العالمية الخاصة بالرضاعة الطبيعية الحصرية للأشهر الستة الأولى من العمر متبوعة بإدخال الأغذية التكميلية المغذية الكافية بجانب استمرار الرضاعة الطبيعية حتى سن عامين. لذا، نوصيكم بالتحدث إلى أخصائي الرعاية الصحية لديكم حول كيفية إطعام طفلكم، وطلب المشورة بشأن موعد إدخال الأغذية التكميلية.

8+  
أشهر