سندوتشات مبتكرة للصغار



المقادير:

- 2 م.ك. زبدةسايحة .
- 1 كوب سكربودرمنخول.
- 2 م.ص. حليب .
- نقاط قليلة منالليمون, أو عصير البرتقال, أو روحاللوز, أوفانيليا .
- 2-3 م.ص. شيكولاتةفارميسيان أو الشيكولاتة الملونة كمافيالصورة (candy)
- خبزصامولي.

طريقة التحضير:

- تخلط الزبدة مع 12 كميةالسكر .
- يضافالحليب, ومضيف الطعم وبقية السكر ويخفق الخليط.
- يغطى ويحفظفي الثلاجة طوال الليل.
- يفتحالساندويتش ويحشى بالخلطة, ويلفببلاستيك, ويحفظ في حقيبة عازلة لحين الأكل, أو يحفظ في الثلاجة .

يمكنوضع الحشوة عل الكراكرز أو الكوكيز



خضار مسلوق مع صدر دجاج وجبة للاطفال

المقادير:

زيارة النسخة الأصلية من الدرس

- 150 جرام جزر مسلوق
- 150 جرام كوسا مسلوقة
- 150جرام بطاطا مسلوقة
- 200 جرام صدر دجاج مسلوق

Powered by SaphpLesson 4.0

قليل من الملح .

طريقة التحضير:

تطحن جميع المحتويات ويخلط جيدا ثم يضاف اليه قليل من الملح

المصدر

http://www.matebakh.com/atbak%20s`rar

