



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

AFACAN MAMA (10 AY)

1 ay bardağı vişne suyu
1 ay bardağı şeftali suyu
1 ay bardağı elma suyu
1 tatlı kaşığı nişasta

Meyve suları küçük bir tencereye konur. Nişasta ilave edilir. Kısık ateşte devamlı karıştırarak kaynayana kadar pişirilir. İliyinca biberona doldurulur ve bebeğe verilir.
