



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BEBE ÇAYI (12 AY)

Yarım çay kaşığı rezene
1 tatlı kaşığı pekmez
1 çay bardağı su

Cezveye su konur, rezene eklenir. Bir tık kaynatılır. Süzgeçten geçirilir. Pekmez ialve edilir. Bebeğe biberonla içirilir. Bağırsak faaliyetlerine katkıda bulunur.
