



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARPUZLU YOĞURT

1 ince dilim karpuz
1 çorba kaşığı yoğurt

Karpuzun kabuğu alınır, çekirdekleri çıkarılır. Bir çukur bir tabağa konur, çatalla iyice ezilir. Üzerine yoğurt ilave edilir. Çatalla ezerek pürüz kalmayana kadar ezerek karıştırmaya devam edilir. Çay kaşığı yardımıyla bebeğe yedirilir.
