



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YUFKA MAMASI (1 YAŞ)

Çeyrek günlük yufka  
1 kahve fincanı süt  
1 lokma beyaz peynir

Yufka elle parçalanır. Bir kaseye konur. Üzerine süt ve peynir ilave edilir. Çatalla çevire çevire iyice karıştırılır. Bu arada ezilerek macunlaşmış olması gerekir. Kaşıkla bebeğe verilir.

---