



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

6 AYLIK BEBEK ÇORBASI

<http://www.hurriyet.com.tr>

Yarım küçük boy patates
Çeyrek kabak
Çeyrek havuç
1 tatlı kaşığı zeytinyağı

Tüm sebzeler yumuşak hale gelene kadar buharda pişirin.

Pişmiş sebzeleri bir kaseye alın.

Üzerine zeytinyağı ekleyerek iyice ezin.

İçine tuz ve baharat kesinlikle eklemeyin.

Başlangıçta sebzeleri tel süzgeçten geçirebilirsiniz ama kesinlikle blender kullanmayın.

Çatalla ezmek bebeğin ek gıdalardaki kıvama alışmasına ve çiğnemeyi öğrenmesine yardımcı olacaktır.

Kıvamı koyu gelirse anne sütü ekleyerek seyretebilirsiniz.

