



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEBEK MUHALLEBİSİ

<https://www.dogrusicarrefoursa.com>

½ çay bardağı anne sütü ya da devam sütü
1 su bardağı soğuk su
1 yemek kaşığı yulaf unu
1 yemek kaşığı pirinç unu
2 yemek kaşığı organik üzüm pekmezi

Pirinç unu, yulaf unu ve suyu bir tencereye alın ve karıştırın. Un eridikten sonra kısık ateşte karıştırarak pişirmeye başlayın. Yoğun bir kıvam aldığında muhallebiyi soğutun. İlk sıcaklığı geçince süt ve pekmezi ilave edip çırparak karıştırın. Ilıdıktan sonra bebeğinize yedin.