



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ISPANAKLI BEBEK SALATASI (1 YAŞ)

10 yaprak ıspanak
1 orba kaşığı zeytinyağı
1 fiske kaya tuzu
1 ay kaşığı limon suyu

Kaynayan suya ıspanak yaprakları atılır. 1 dakika sonra sudan alınır ve rondodan geçirilir. Mama tabağına aktarılır. zerine zeytinyağı, tuz ve limon eklenir. Bebeđe küçük kaşığla yedirilir.
