



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TATLI PATATES VE KAYISI PUDİNGİ (8 AY)

4 güzel olgun kayısı (veya 5 kuru kayısı)

Kayısı nektarı

1/2 fincan yoğurt

1/2 tatlı patates (orta boy ve pişmiş)

1 kahve kaşığı şeker

Eğer kurutulmuş kayısı kullanılacaksa, bir gece boyunca suya ıslatın. Ertesi günü kayısıları, yoğurdu ve kayısı suyunu bir blendarda püre haline getirin. Tam krema olduktan sonra şekeri ve haşlanmış soyulmuş patatesleri ekleyin, iyice karıştırın. Bebeğinize yedirin.

Not: Eğer daha cıvık olmasını istiyorsanız kayısı nektarını arttırabilirsiniz.