



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURT (6 AY)

Yoğurt günlük olarak evde yapılır.

Süzülen süt ateşe konur.

Süt kabın içinde kabarmaya başladığında, bir kaşıkla karıştırılarak 5 dakika daha ateşte tutulur.

Süt elimizin dayanabileceği sıcaklığa kadar ılındıktan sonra bir kaşık yoğurt sütün içine katılır.

Kabın üzeri örtülerek yaklaşık 6 saat oda sıcaklığında bekletilir.

Yoğurt bir gün buzdolabında bekletildikten sonra bebeğe verilir.

Not: YOĞURT CAM KASE VEYA BARDAKTA YAPILIR VE SAKLANIR. PİYASADA SATILAN HAZIR YOĞURDUN KAYMAK TABAKASI BEBEĞE VERİLMEZ.
