



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

KİRAZLI MAMA



25 adet kiraz
1 su bardağı bardağı su
1 çay kaşığı şeker
1 çay kaşığı buğday nişastası

- # Kirazların çekirdekleri çıkarılır. Bir tencereye aktarılır.
- # Üzerine yarım bardak su konur. Kapak yarım kapatılır, kirazlar yumuşayana kadar pişirilir.
- # Bir tokmak yardımıyla yumuşayan kirazlar ezilir.
- # Kalan su, şeker ve nişasta ilave edilir.
- # Tekrar ateşe yerleştirilir. Karıştırarak bir taşım pişirilir.
- # Tabağa aktarılır. Ilık olarak bebeğe yedirilir.

Not: Bebeğe 10 aydan itibaren verilebilir. Pancar şekeri kullanılması tavsiye edilir.