

Ø°Ø®ÛŒØ±Ù‡ Ù^ Ù†Ú¬Ù‡Ø¬Ø§Ø±ÛŒ  
Ø’ÛŒØ± Ù...Ø§Ø¬Ø±



### نحوه یخ زدایی شیر مادر

تاریخ روی ظرف نگهداری شیر را نگاه کنید. همیشه ابتدا از شیر قدیمی‌تر استفاده کنید.

اگر شیر مادر در بسته مخصوص یخ  
زده است، آن را داخل شیشه شیر  
بریزید و بگذارید ولزم شده و به دمای  
اتاق برسد. به نکته زیر توجه کنید.

به مدت یک شب تا صبح بطری را داخل  
یخچال بگذارید یا اگر در بطری کاملاً  
مکتم است، آن را داخل یک ظرف بزرگ  
پر از آب گرم قرار دهید.

شیر را در داخل بطری کمی بچرخانید.  
(نیازی به تکان های شدید نیست!)

دماهی شیر را با ریختن چند قطره آن بر  
روی مج دستتان آزمایش کنید. (شیر  
باید ولزم باشد).

برای اینکه مانع از ریخته شدن شیر اضافی شوید، با یک قیچی تمیز گوشه محفظه نگهداری شیر را  
بریده و آن را مستقیماً روی همانه بطری شیر قرار دهید.

نکته:



11.mp4