

【豆腐と小松菜の味噌煮】離乳食・後期

(材料)

木綿豆腐	45g
小松菜の葉のみ	1枚
くず粉	適量
だし汁	大さじ2
米味噌	極少量

(作り方)

- ①木綿豆腐は角切りにする。
- ②小松菜の葉は、細かく刻む。茹でる。
- ③かつおだし汁を火にかける。①を入れて弱火で煮る。
- ④②を加える。極少量の味噌を溶き入れる。
溶きのくず粉でとろみをつける。

水

