

【かぼちゃがゆ】 5～6 ヶ月頃

(材料) 10 倍粥大さじ 2、かぼちゃ 1 切れ (15～20g)

(作り方)

①かぼちゃは蒸して柔らかくする。黄色い部分を大さじ 1 ほどすくいとる。

②10 倍粥に①を合わせて、トロトロにすりつぶす。