



【離乳食】中期（7～8か月頃）

かぼちゃと ツナのスープ煮



他のレシピは
こちらから



【材料】

かぼちゃ	20g
ツナ水煮缶	10g
玉ねぎ	5g
だし汁	50ml
〔片栗粉	小さじ1
水	小さじ2

【作り方】

- ① ツナ缶は水気をきり、ほぐす。
- ② かぼちゃ、玉ねぎはだし汁でやわらかく煮る。
取り出して、かぼちゃはフォークでつぶし、
玉ねぎは粗みじんにして、鍋に戻す。
- ③ 水溶き片栗粉でとろみをつける。