



【離乳食】中期（7～8か月頃）

キャベツの くたくた煮



他のレシピは
こちらから



【材料】

キャベツ	20g
しらす干し	大さじ 1/2
だし汁	適量

【作り方】

- ① しらす干しは湯通しし、水気をきって粗く刻む。
- ② キャベツはやわらかく茹でて細かく刻む。
- ③ 鍋に①、②、だし汁を入れ、くたくたになるまで煮る。