



【離乳食】中期（7～8か月頃）

ほうれん草の 納豆和え



他のレシピは
こちらから



【材料】

ほうれん草（葉先）	5 g
ひきわり納豆	1/4 パック
しょうゆ	少々

【作り方】

- ① ほうれん草はやわらかく茹でて水気をきり、細かく刻む。
- ② ①、ひきわり納豆、しょうゆを和える。

*しょうゆは加えなくても食べられるようであれば不要です。