



【離乳食】中期（7～8か月頃）

みそ煮込みうどん



他のレシピは
こちらから



【材料】

ゆでうどん	40g
大根	10g
にんじん	5g
絹豆腐	10g
だし汁	50ml
みそ	少々

【作り方】

- ① うどんは茹でて粗みじんにする。
- ② 大根、にんじんはだし汁でやわらかく茹でる。
取り出して、3～5mm 角に切り、鍋に戻す。
- ③ 豆腐も3～5mm 角に切る。
- ④ ②に①、③を入れて煮込み、みそを加えて味をつける。

*みそは加えなくても食べられるようであれば不要です。