



【離乳食】中期（7～8か月頃）

鶏のりんご煮



他のレシピは
こちらから



【材料】

りんご	10g
玉ねぎ	10g
鶏ひき肉	10g
水	100ml
〔片栗粉	小さじ1
水	小さじ2

【作り方】

- ① りんごは皮をむいてすりおろす。玉ねぎもすりおろす。
- ② 鍋に①と水を入れ、ふたをして5分程度煮る。
- ③ ひき肉を加え、ほぐしながら3分程度煮る。
- ④ 水溶き片栗粉でとろみをつける。