



【離乳食】中期（7～8か月頃）

小松菜の ポタージュ



他のレシピは
こちらから



【材料】

小松菜（葉先）	10g
じゃがいも	30g
牛乳	大さじ2

【作り方】

- ① 小松菜は柔らかく茹でて細かく刻む。
- ② じゃがいもは柔らかく茹でてフォークでつぶす。
- ③ ①、②に牛乳を加えて加熱する。

＊小松菜は茹でて棒状に冷凍し、すりおろすと使いやすいです。