



【離乳食】中期（7～8か月頃）

大根とツナの だし煮



他のレシピは
こちらから



【材料】

大根	20g
ツナ水煮缶	10g
だし汁	100ml
〔片栗粉	小さじ1
水	小さじ2

【作り方】

- ① ツナは水気をきり、ほぐす。
- ② 大根はだし汁でやわらかく煮る。取り出してフォークでつぶし、鍋に戻す。
- ③ ①を加えひと煮立ちさせる。
- ④ 水溶き片栗粉でとろみをつける。