



【離乳食】後期（9～11か月頃）

うどんの ミートソース風



他のレシピは
こちらから



【材料】

ゆでうどん	60g
玉ねぎ	20g
牛ひき肉	15g
サラダ油	少々
水	50ml
A トマトケチャップ	小さじ1
しょうゆ	1～2滴
かつおパック	少々

【作り方】

- ① うどんは茹でて食べやすい大きさに切り、器に盛る。
- ② 玉ねぎは粗みじんにする。
- ③ かつおパックは開封前にもみ、細かくする。
- ④ 鍋に油を熱し、玉ねぎ、ひき肉を炒め、水を加えて煮る。
- ⑤ Aを加え、汁気がなくなるまで煮て、①にかける。