



【離乳食】後期（9～11か月頃）

キャベツの おかか和え



他のレシピは
こちらから



【材料】

キャベツ	30g
にんじん	5g
しらす干し	3g
かつおパック	少々
しょうゆ	少々
だし汁	少々

【作り方】

- ① キャベツとにんじんは柔らかく茹でて食べやすい大きさに切る。
- ② しらす干しは湯通しして粗く刻む。かつおパックは袋ごともむ。
- ③ ①、②、しょうゆ、だし汁を和える。