



【離乳食】後期（9～11か月頃）

ロールサンド



他のレシピは
こちらから



【材料】

サンドイッチ用食パン	1枚
にんじん	10g
りんご	20g

【作り方】

- ① にんじん、りんごは皮をむいてすりおろし、小鍋に入れてふたをして蒸し煮にする。
- ② ラップの上にパンを置き、①をぬって巻き、ラップの両端をひねり、電子レンジに数秒かけなじませる。
- ③ 手に持って食べやすい大きさに切る。

* 6枚切以上の食パンを使う時は耳を取って半分にスライスしてください。

* ①は電子レンジで加熱しても良いです。