



【離乳食】後期（9～11か月頃）

石狩鍋風



他のレシピは
こちらから



【材料】

生鮭	15g
白菜(葉先)	20g
玉ねぎ	10g
しめじ	10g
じゃがいも	10g
だし汁	100ml
みそ	少々
バター	少々

【作り方】

- ① 鮭は骨と皮を取り除き、小さいそぎ切りにする。
- ② 白菜は1cm長さのせん切り、玉ねぎ、しめじは粗みじん切り、じゃがいもは1cmの角切りにする。
- ③ 鍋にだし汁と②を入れて火にかけ、やわらかくなるまで煮る。
- ④ ③に①を入れて火を通し、みそとバターを加えて風味をつける。

* 鮭は刺身を利用すると手軽に作れます。