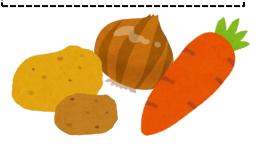
5~6か月 (1回食)

材料

にんじん 1/2本 たまねぎ 1/4個 じゃがいも 1/2個



①にんじん、たまねぎ、じゃがいもは

1cm幅に切る。

②鍋ににんじん、たまねぎ、じゃがいも、 野菜がかくれるくらいの水を入れて 火にかける。



③沸騰したら中火で20分~30分 ほど煮て火を止める。



この頃の味付けは

④すり鉢、茶こし、フードプロセッサー、 ブレンダーなどでペースト状にする。

不要です。



