

●にんじんのとろとろ煮● -5~6か月ごろ-



材料（1人分）

にんじん	20 g
育児用ミルク（粉）	大さじ2
水溶き片栗粉	少々



☆作り方☆

- ① にんじんは皮をむいて、おろし金でおろし、水（100ml）を加えて火が通るまで煮る。
- ② ①に育児用ミルクを入れて混ぜた後、水溶き片栗粉で加熱しながらとろみをつける。

※育児用ミルクがない場合は牛乳（大さじ1）で代用してもよい。