

7・8か月の離乳食

## かぼちゃのミルク煮



材料

かぼちゃ 50g  
ミルクまたは牛乳 50ml



①



かぼちゃは2cm位のさいの目切りにする

②



耐熱容器にかぼちゃとミルクを入れラップをし、1分半～2分レンジで加熱する



すり鉢状の器に入れるとつぶしやすい

いろんな食感を体験する時期です。包丁で切るだけでなく、スプーンやフォークでつぶしながらあげてみましょう

