

サツマイモとりんごの 茶巾しぼり



特定原材料27品目不使用！
材料ふたつで作れるお手軽茶巾♪

材料（乳幼児2～3人分）

- さつまいも 100g
- りんご 1/4個
- レーズン 適量

※オイルコーティングしてあるものは湯で落として使う

- 01 さつまいもはゆでて皮をむいておく。
- 02 りんごは皮を剥いてすりおろし、耐熱容器に入れてラップをせずにレンジで1分弱加熱する。
- 03 さつまいもとりんごをボールに入れ、ホイッパーで潰しながら滑らかになるまで混ぜる。
- 04 スプーンで一すくいをラップにのせて、茶巾の形にしぼったら完成！お好みで、小さく切ったレーズンで表情を作る。

生後12-18カ月さんのおやつにする場合

03 で少しお湯を足して、喉に詰まらせないよう柔らかくしてあげてください。
レーズンは湯でふやかして刻んでから使いましょう。

生後9-11ヶ月さんのおやつにする場合

03 の工程で水を足して煮て、ペースト状にしてください。耳を切った薄い食パンに塗って、軽くトーストしたものをごはんとして出してもGood！