

納豆のおろし煮

離乳中期(7,8か月頃)



材料	作りやすい分量
納豆	1/4パック
大根	1cmの輪切り1枚
だし汁	適宜

作り方

- ① 納豆は熱湯につけ、ざるにあげ、水気をきって粘りをとる。
- ② ①を細かくきざむ。
- ③ 大根はすりおろす。
- ④ 鍋にだし汁、③、②を入れて煮る。