

かぼちゃのお焼き

離乳完了期(12~18か月頃)



材料	作りやすい分量
かぼちゃ	100g
きな粉	大さじ1
レーズン	5g
バター	少々

作り方

- ① かぼちゃはやわらかくなるまでゆで、マッシュする。
- ② ①にきな粉、刻んだレーズンを加えて、混ぜ合わせる。
- ③ 赤ちゃんが持ちやすいサイズの小判型に丸める。
- ④ フライパンにバターをひき、③を焼く。
※フッ素樹脂加工のフライパンの場合は、油なしで焼いてもよい。

※ 赤ちゃんが握りやすい大きさに仕上げることで手づかみ食べの練習ができます。