

納豆のキャベツ和え

離乳完了期(12~18か月頃)



材料	作りやすい分量
納豆	1/4パック
キャベツ	内側の葉1枚
しょうゆ	少々
すりごま	少々

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 キャベツはやわらかくゆでて、5mm角に刻む。
- ③ ①、②をしょうゆで和える。

※ すりごまを加えてもよい。