

キャベツのミルク煮

離乳後期(9~11か月頃)

カミカミ期



材料	1人分
キャベツ	30g
ミルク(牛乳)	大さじ1
粉チーズ	小さじ1/4

作り方

① キャベツは小さめのざく切りにし、やわらかくゆでる。

② ミルクと粉チーズを加え、弱火でひと煮立ちさせる。

※ 粉ミルクは表示通りに調乳しておく。

※ 水溶き片栗粉でとろみをつけてもよい。