

初期 5～6 ヶ月ごろ 《ペースト》

○材料（1 人分）

玉ねぎ・・・・・・・・5g

にんじん・・・・・・・・5g

ブロッコリー・・・・5g

ベビーフードコンソメ

・・・・・・・・小さじ 1/3

お湯・・・・・・・・30ml



◇作り方

- 1、おとなの作り方①から玉ねぎ、にんじん、ブロッコリーを取り分け、粗みじん切にする。
- 2、鍋に水（分量外）と①を入れ、やわらかくなるまで煮る。
- 3、②をすり鉢に入れ、すりこぎですりつぶして完成。
☆を少しずつ入れて混ぜながら、ポタージュスープくらいのかたさに調整する。

