

ミモザ風（中期7～8ヶ月）

大人の料理

初期（5～6ヶ月）

中期（7～8ヶ月）

後期（9～11ヶ月）



材 料

固ゆでの卵黄	5 g
玉ねぎ	10 g
ブロッコリー（つぼみ部分）	8 g
だし汁	100ml

1マス=1cm×1cm



卵を試す時は「固ゆでの卵黄」から始めましょう。



Cooking Instructions

- ①玉ねぎ、ブロッコリーをおとなの作り方1から取り分ける。
- ①を全てみじん切りにする。
- ③鍋に②とだし汁を入れ、やわらかくなるまで煮る。
- ④おとなの材料のゆで卵を半分に切り、卵黄をスプーンで削り取る。
- ⑤盛りつけた③の上に、④を振りかけて完成。

※片栗粉でとろみをつけてもいいです。

