

カットミール 離乳食の作り方 (5~6ヶ月頃)

※おかゆの作り方は「離乳食の進め方」の「成長に合わせた素材の固さ」を参照

<p style="text-align: center;">2/19(月)</p> <p style="text-align: center;">人参のピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【人参のピューレ】 細かく刻んだ人参大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p>	<p style="text-align: center;">2/20(火)</p> <p style="text-align: center;">玉葱のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 玉葱 おかゆ</p> <p>作り方 【玉葱のすりつぶし】 細かく刻んだ玉葱大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p>	<p style="text-align: center;">2/21(水)</p> <p style="text-align: center;">キャベツとコーンのすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ カーネルコーン おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツとコーンのすりのばし】 細かく刻んだキャベツ大さじ1、薄皮をむいて細かく刻んだコーン小さじ1/2を柔らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。</p>
<p style="text-align: center;">2/22(木)</p> <p style="text-align: center;">大根のとろみピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 大根 おかゆ</p> <p>作り方 【大根のとろみピューレ】 解凍し、細かく刻んですりつぶした大根大さじ1に片栗粉1つまみを加えて混ぜ、ラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱する。</p>	<p style="text-align: center;">2/23(金)</p> <p style="text-align: center;">白菜と人参のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜と人参のすりのばし】 細かく刻んだ白菜（葉の部分）・人参各大さじ1/2を柔らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。</p>	<p style="text-align: center;">2/24(土)</p> <p style="text-align: center;">ミニトマトのすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 ミニトマト おかゆ</p> <p>作り方 【ミニトマトのすりつぶし】 ミニトマト1コに十文字に切り込みを入れて、水小さじ1を振ってラップをかけ、レンジで目安として500Wで約15秒加熱し、皮・種を取り、すりつぶす。</p>