

離乳
後期

ミルクすいとん

生後
9～11か月ごろ



材料・下準備(4～5人分)

だし汁 …………… 2カップ(400ml)
にんじん ……… 1/4本 : 5～8mm長さのせん切り
長ねぎ …………… 約1/3本 : 粗みじん切り
小麦粉 …………… 20g
育児用ミルク … 小さじ2(約5g)
(粉ミルク) } 混ぜる
水 …………… 40ml
しょうゆ ……… 小さじ1/2
焼き海苔 ……… 少量

Point

小麦粉に、育児用ミルク(粉ミルク)を混ぜた「軟らかいすいとん」です。汁にとろみもついて食べやすくなります。

作り方

- ① 鍋にだし汁・にんじん・長ねぎを入れて、軟らかく煮る。
- ② 小麦粉・育児用ミルク(粉ミルク)・水を混ぜ、煮立っている①の鍋に、スプーン等で少量ずつ落とし入れる。
- ③ しょうゆで調味し、焼き海苔をかける。

