

# パンプキンとうふ（離乳食）



## 材料（1人分）

便利とうふ	30g
かぼちゃ	20g
水	15cc



バラ凍結の冷凍豆腐なので、必要な分だけ使えて便利。

## 作り方

- ① かぼちゃを柔らかく茹でて（レンジでもOK）、皮を剥いて潰す。
- ② 【便利とうふ】をボイルして水気を切り、ブレンダー等で細かくつぶす。（スプーンの裏など）
- ③ 豆腐とかぼちゃに、分量の水を加えて良く混ぜる。

## このレシピに合う商品（豆腐サイズ）



株式会社マメックス