

パンプキンとうふ（離乳食）



材料

便利とうふ	約8~9個
かぼちゃ	20 g
水	15cc



バラ凍結の冷凍豆腐なので、必要な分だけ使って便利。

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。
(スプーンの裏などでもOK)
- 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