

9～11か月の離乳食におすすめ
豆腐チキンハンバーグ



材料（赤ちゃん1人分）		作り方
豆腐しゅうまいのたね	30～40	① 大人の豆腐しゅうまいのたねから取り分け、2つに分けて丸め、円盤形に成型する ② フライパンを中火で温め薄く油をひき、両面を焼く ③ ふたをして火を弱め、2～3分焼いて中まで火を通す
油	少量	