

魚のムニエル



<材料> 離乳後期 1人分

(作り方)

鮭 15g

① 鮭に小麦粉をまぶす。

小麦粉 適量

② フライパンに少量のバター熱し、鮭に

バター 適量

火が通るまで焼く。

※ 刺身を使うと便利です。

※ 鮭を白身魚に変えると、離乳中期でも食べることができます。