

南瓜のおやき



<材料> 離乳食中期～後期 1人分

(作り方)

南瓜 30g

① 南瓜は皮を取り、やわらかくなるまで煮る。

片栗粉 適量

② ①をつぶし、片栗粉を入れて丸める。

油 適量

③ フライパンに油を引き、焼き色がつくまで焼く。

※さつま芋やじゃが芋でも作れますよ。