

# 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

MAMEX FOODS