## ●モグモグ期ちゃん

## ★材料からの取り分け

## **材料** ナス

2㎝輪切り1個分

鶏ひき肉 10g 絹ごし豆腐 30g 水 大さじ2 麩 2~3個 ナスの皮をむき、小さく切る。 ひき肉、豆腐、水を加え、 よく混ぜ合わせる



麩を 割り入れ、なじませる



麩が、しっかり水分を含んだら、 ラップをし、レンジで 約3分 チン







★アレンジ★



野菜ジュースをプラス



豆乳をプラス

## ●カミカミ期ちゃん

**〜プチポイント〜 麩**を加えることで、 美味しさUP &食感 良好☆ ★混ぜ合わせた肉タネからの 取り分けでOK



耐熱容器に、baby 分を取る

モグモグ期 同様 麩と水をプラスして レンジで チン



★アレンジ★

大きい時は ハサミで チョキチョキ



野菜ジュースをプラス



豆乳をプラス