



おすすめレシピ

かぼちゃのおやき

材料(幼児1人分)

かぼちゃ	48g
砂糖	1.6g
片栗粉	1.2g
チーズ	4g



《 作り方 》

- ①かぼちゃは、適当な大きさに切って皮をむき、ゆでるか蒸す。
- ②かぼちゃが熱いうちにつぶし、水気を飛ばす。
- ③チーズは食べやすい大きさに切る。
- ④かぼちゃ、チーズ、砂糖、片栗粉を混ぜて、丸く形を整える。
- ⑤トースターで5分焼いて出来上がり！！

