



今月のレシピ



1/19 (木) の献立より

【材料 (パウンド型 1 本分)】

ホットケーキミックス	100 g
さつまい	100 g
牛乳	50 g
卵	2 個
無塩バター	50 g
グラニュー糖	50 g
干し芋	25 g
はちみつ	10 g

スイートポテトケーキ

【作り方】

バターと卵を常温に戻しておく。オーブンを 170℃ に予熱しておく。

- ① さつまいは皮をむき、茹でてつぶす。
- ② バターにグラニュー糖を加えて、白っぽくなるまで攪拌する。
- ③ 卵を溶きほぐし、②に数回に分けながら加え、その都度混ぜる。
- ④ ③に①とホットケーキミックスの順に加えて、さっくりと混ぜ、さらに牛乳を加えて、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑤ パウンド型に④を流し入れて、170℃のオーブンで約 35 分焼く。
- ⑥ 小さく刻んだ干し芋とはちみつを混ぜて、冷ました⑤の上にトッピングする。

離乳食レシピ 7～8 か月頃 たいとほうれん草のすり流し風

< 材料 >

めだい	15 g	ほうれん草	10 g
だし汁	適量	しょう油	少々

< 作り方 >

- ① めだいとほうれん草をそれぞれ茹でて、すりつぶす。
- ② ①を合わせて鍋に入れて、だしとしょう油を加えて煮る。

離乳食レシピ 9～11 か月頃 さつまいもきんとん～鏡餅風～

< 材料 >

さつまい	20 g	りんご	適量
にんじん	5 g		

< 作り方 >

- ① 茹でたさつまいをつぶす。すりおろしたりんごを加えて滑らかにする。
- ② ①を大きさの異なる楕円形に成形し、鏡餅のように重ねる。
- ③ 小さな丸型に抜いたにんじんを茹でて、②の上のみかんに見立てて飾る。