

# 離乳食12～18ヶ月 レシピ

## 魚のてんぷら

### 野菜のコーンクリーム煮



#### 魚のてんぷら【12～18ヶ月】

##### 〈材 料〉1人分

・ 白身魚	40g	・ 卵	適量
・ 小麦粉	適量	・ サラダ油	適量

##### 〈作り方〉

- ① 器に卵と水を入れて溶き、小麦粉を入れて衣を作っておく。
  - ② 油を加熱し、170℃ぐらいで揚げる。
- ※ 火加減に注意して揚げすぎないようにする。

#### 野菜のクリームコーン煮【12～18ヶ月】

##### 〈材 料〉1人分

・ じゃが芋	1個	・ 塩	少々
・ 人参	2cn	・ こしょう	少々
・ クリームコーン	100m	・ パセリ	少々

##### 〈作り方〉

- ① じゃが芋は皮をむいて2等分にし、薄切りにする。人参は皮をむいて縦4等分にし、薄いイチヨウ切りにする。
- ② 鍋に牛乳・バター・じゃが芋・人参を入れて弱火にかけてコトコト煮る。焦げ付きやすいので気をつけながら時々かき混ぜ、柔らかくなるまで煮る。器に盛り、パセリを散らす。