

<7~8か月頃>

ほうれん草を食べやすく！

## ほうれん草のポテトサラダ

### 材料

ほうれん草

5 g



じゃがいも

15 g



★野菜スープ

小さじ1

### <作り方>

- ① ほうれん草は葉先の柔らかい部分を茹で、みじん切りにする
- ② じゃがいもは皮をむき、やわらかく茹で、粗くつぶす
- ③ ①のほうれん草、②のじゃがいも、

★野菜スープを合わせ混ぜる

