



季節の取り分け離乳食



クリスマスヨーグルトケーキ



- 材料（およそ1食分）
食パン（10枚切り）……………2枚
プレーンヨーグルト……………100g
（もしくはベビーヨーグルト）
いちご……………6個
バナナ……………1/2本

調理時間：約15分

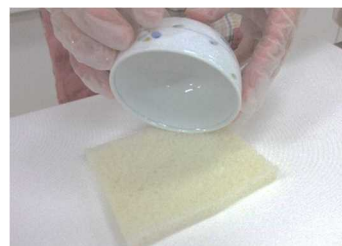


○ 12～18か月頃の作り方（基本の作り方）

- ① ケーキ作り前日に、キッチンペーパーを敷いたざるにヨーグルトを入れ、一晩水切りをする。水切り後は約1/2の分量になる。
（コーヒーフィルターに載せて置くだけでも水切りができる。）
- ② 翌日、水が切れていたらヨーグルトを器に移し、泡だて器でぐるぐるかき混ぜて滑らかなクリーム状にする。水切りヨーグルトクリームが出来上がる。
- ③ コップなどの丸い食器を使って、食パン2枚を丸くくりぬく。
- ④ イチゴ、バナナをそれぞれ5mm角に切る。飾り用にいちごは切らないものを少量分けて残しておく。
- ⑤ 皿にくり抜いた食パン1枚を並べ、②のヨーグルトクリームを塗る。④の果物を乗せて、もう1枚食パンを重ねる。
- ⑥ ヨーグルトクリームでデコレーションし、飾り用のいちごを乗せる。

【ポイント】

食パンをくり抜く時は、まな板にコップを強めに押し付けて、ぐりぐりねじるようにするときれいにくり抜けます。



☆ 裏面に離乳食の成長期ごとに取り分け離乳食のレシピが載っています。





🎄 取り分け量と作り方 🎄

離乳食完了期（12～18か月ころ）のレシピ、作り方から取り分けたレシピです。

番外編

〇5～6 か月頃（クリスマス野菜おかゆ）

- いつものお粥……………大さじ4-6程度（分量外）
- 小松菜……………適量（分量外）
- にんじん……………適量（分量外）
- かぼちゃ……………適量（分量外）



- ①好きな野菜を茹で、つぶしてペースト状にする。
- ②ビニール袋などの絞り袋に野菜ペーストを入れる。
- ③お椀にいつも食べているお粥を盛る。
- ④お粥の上にクッキー型など好きな形を置いて野菜ペーストをデコレーションする。

〇7～8 か月頃（苺ヨーグルトケーキ）

- ②のヨーグルトクリーム……………大さじ3
- ③のくり抜いた食パン……………1枚
- ④のいちご（みじん切りと薄切り）……………適量



- ①くり抜いた食パンにヨーグルトクリームを塗り、みじん切りしたいちごをサンドしてまたヨーグルトクリームをぬる
- ②薄く切ったいちごを周りに貼り付け、みじん切りした刻んだいちごをのせて完成

〇9～11 か月頃（ヨーグルト苺サンドイッチ）

- ②のヨーグルトクリーム……………大さじ1
- ④の切ったいちご……………1個
- ④の切ったバナナ……………適量
- 食パン（10枚切り）……………1枚（分量外）



- ①食パンを半分に切り、ヨーグルトクリームを塗る。
- ②いちご、バナナをはさみ、手づかみ食べしやすい、または食べやすい大きさに切る。

※お子さんの手は必ず汚れてしまいますが、食パンをクッキー型で抜くと楽しい形のサンドイッチにもなります。

