



## トマトリゾット風

### 材料

10倍粥	30g
白身魚ペースト	10g
トマトペースト	10g
じゃがいもペースト	5g
にんじんペースト	5g

### 作り方

- 1 食材をすべて容器に入れ、電子レンジ500Wで30秒～1分加熱し、一度混ぜてから約30秒十分熱くなるまで加熱する。