



## 野菜あんかけがゆ

### 材料

10倍粥	30g	水溶性片栗粉	少々
しらすペースト	10g	だし汁	15g
かぼちゃペースト	5g		
小松菜ペースト	5g		
大根ペースト	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。