



## 小松菜の卵がゆ／にんじんポタージュ

### 小松菜の卵がゆ

#### 材料

10倍粥	30g
卵黄ペースト	10g
小松菜ペースト	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。

### にんじんポタージュ

#### 材料

じゃがいもペースト	5g
にんじんペースト	5g
だし汁	30g

#### 作り方

- 1 食材をすべて容器に入れ、電子レンジ500Wで40秒～1分十分熱くなるまで加熱する。