



## イタリアンにゅうめん

### 材料

そうめん(乾燥)	15g	たまねぎ	5g
白身魚(たら)	15g	洋風だし汁※	30g
トマト	10g		
じゃがいも	10g		
ブロッコリー	5g		

※作り置きがない場合は市販のベビー用の洋風だしでも可能

### 作り方

- 1 そうめんを1分茹で、細かく刻む。
- 2 食材をすべて容器に入れ、電子レンジ500Wで1分～1分半加熱し、一度混ぜてから約30秒十分熱くなるまで加熱する。