

9月の献立紹介 🍷🍴🍲🍽️🍱🍴🍷🍴🍲🍽️🍱🍴🍷🍴🍲🍽️🍱🍴🍷🍴

◆ ジャがいもとベーコンの重ね煮

材料	分量		作り方
	幼児1人分	作りやすい分量	
じゃがいも	40 g	2個	①じゃがいもは5mm厚の輪切り、ベーコンは一口大、玉ねぎは薄切りにする。 ② 鍋にじゃがいも、ベーコン、玉ねぎを並べ、コンソメを加えたら、ひたひたに水を入れて火にかける。 ③ ②のじゃがいもが柔らかくなったら、チーズとコーンをのせて、火を止めて3分ほど蒸らす ④ お皿に盛り付けたら、パセリを散らす。 ポイント👉 ジャがいもはあらかじめ蒸しておく、調理し易いです。
ベーコン	8 g	35 g	
玉ねぎ	20 g	1個	
コーン(缶)	5 g	25 g	
コンソメ	0.3 g	小さじ1弱	
溶けるチーズ	10 g	50 g	
乾燥パセリ	適量	適量	

