

おいしい☆レシピ

離乳食 コックン期～

きなこバナナのミルクスムージー

材料

2026.6 No.336
あまき子育て支援センター TEL428-7830

- ・ バナナ……… 10g
- ・ 調乳ミルク…… 大さじ1
- ・ きな粉……… 小さじ1/2

1

バナナは皮を剥いて輪切りにし、耐熱容器に入れて電子レンジ(500W)で1分加熱する。

2

1と調乳ミルクをすり鉢に入れ、よくすりつぶす。

3

2にきなこを入れてよく混ぜ、出来上がり☆

(※電子レンジでの加熱後、加熱が足りぬようであれば、10秒ずつ追加で加熱する。)