

# 離乳食講座～6月のテーマは「にんじん」



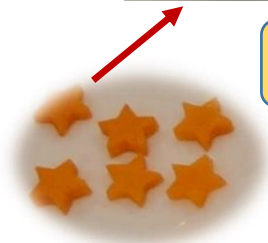
令和8年6月23日

なかなか固くて手ごわい人参を軟らかくする方法を知らせ型抜き体験で大人も楽しみました。



人参の型抜きをしました。星、花、花びら、魚、ハートの型など。

星型にんじんでかわいく盛り付けしています。



講座の様子です。



ママたち  
上手でしょ！

## ポイント

大根と人参の二色にして抜き替えるとアート作品になります！

## <人参の早煮え方法>

## ポイント

ピーラーで直接なべにスライスした人参を入れて煮たり、あらかじめレンジで2~3分かけて煮ると時短になりますよ！



おいしそうに  
食べていますよ！

