

離乳食講座～8月のテーマは「トマト」～

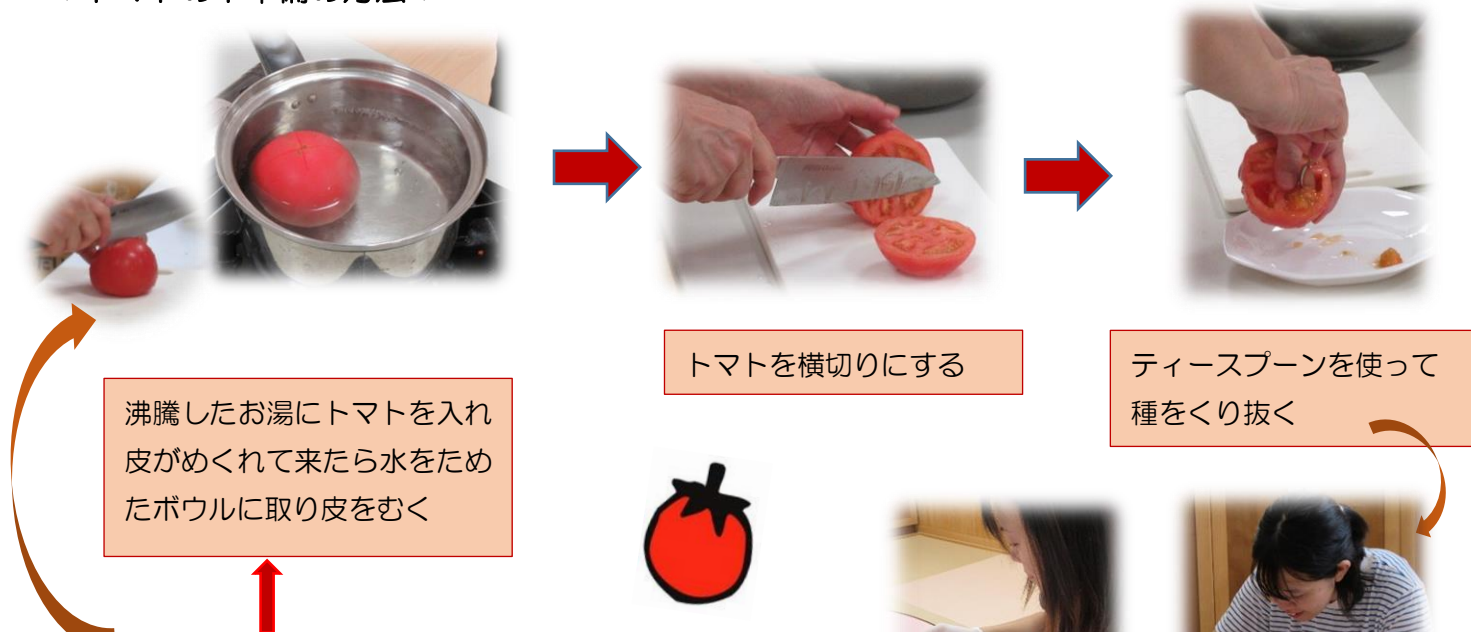
湯むきしたトマトの種取りや、ゆで大豆の皮取り体験をしました。

令和年8月8日 18日

Q. トマトとゆで大豆はなぜ下準備が必要なの？

A. トマトの皮と種は赤ちゃんの消化に良くなく、加熱することで酸味が旨味に変わります。また、ゆで大豆は薄皮がのどにはりつくことがあるため危険です。

＜ トマトの下準備の方法 ＞



ポイント

- ・トマトに十文字の
切れ目を入れると
皮がむきやすい



＜ ゆで大豆扱い方＞



みんなおいしそうにパクパク
食べています！

