



# おうちで作ってみよう！ ~part3~



## \*フルーツパフェ\*

材 料	分量（4人分）
カステラ	80 g
ホイップクリーム （ホイップしてあるもの）	適量
バナナ	1本
みかん缶	40 g
チェリー（缶詰）	4粒



### 【作り方】

- ① カップに、食べやすい大きさに切ったカステラを入れる。
- ② その上から、スライスしたバナナとみかん缶をのせる。
- ③ すき間にホイップクリームを絞り、最後にチェリーを飾る。

・身近にある、季節の果物を使ってアレンジしてみましょう。

・卵や小麦アレルギーがある場合は、カステラをコーンフレークや米粉パンなどに替えてみましょう。

Point

**※注意※** カステラにハチミツが使用されていないか、確認しましょう。

●ハチミツやハチミツ入り飲料・お菓子などの食品は、1歳になってから！

レシピ提供：子育て支援課