

クリエイト  
栄養士が考案

# 1～3歳のための オリジナルステップごはん

グローイングアップフード  
明治 **ステップ**  
**らくらくキューブ**

を使っています。



## きな粉バナナ蒸しパン

### 材料(一人分)………

小麦粉	35g
きな粉	5g
バナナ	1/2本
ベーキングパウダー	1.5g
ステップキューブ	2個
お湯	50ml

### 作り方………

- ①小麦粉・きな粉・ベーキングパウダーを振るって混ぜる。
- ②バナナはスプーンでつぶし、お湯で溶かしたステップキューブと混ぜる。
- ③①に②を加え、混ぜる。
- ④フライパンに型を並べ③を流しいれ、型の1/3くらいまでフライパンの中に熱湯をいれる。
- ⑤フライパンに蓋をして、弱火～中火で約10分程蒸したら完成。



### レシピポイント………

材料を入れて混ぜるだけなので、忙しいお母さんも簡単にできます。



作成：クリエイトSD管理栄養士