

## 蛋黃豆腐泥

材料：

1 蛋黃

100 克 豆腐

烹調方法：

1. 把蛋煮熟，取出蛋黃。
2. 把豆腐煮熟。
3. 把蛋黃加豆腐混合後攪碎。

營養價值及功效：

蛋和豆腐含鈣，蛋黃補腦。

適合 7 個月 至 1 歲 BB