

# 一品プラスで食ロス削減!!

捨てがちな食材も「ひと工夫」!



大根の皮



ほうれん草の茎と根



ほうれん草バター炒め



大根の皮のきんぴら



## レシピ

### シンプル茶殻のおひたし

#### 材料(一人分)

煎茶か玉露の茶殻 大さじ半分かくらい(量は好みで)  
ポン酢、または、醤油、または酢味噌 小さじ半分

#### 作り方

急須に残った茶殻をスプーンで取り出し、  
キッチンペーパーなどで水気をよく切って器にのせます。  
ポン酢、醤油、酢味噌などをお好みでかけていただきます。



茶の殻も ひとつ工夫で 逸品に  
つくだ煮、おひたし、やきめしに  
食べきれ茶の殻 食べきれ食枝