



楽しみながら「もったいない」を減らしてごみ減量

まだ食べられる野菜の皮・芯・葉などの端材を使ったエコレシピを紹介します。

「もったいない」を減らしながら食材を無駄なく、おいしく食べませんか。

問 資源循環推進課 (☎228-7479 FAX228-7063)

堺・ごみ減量
4R大作戦

エコレシピコンテスト(一般部門) 入賞6作品決定

入賞作品の
レシピは
こちら→



準グランプリ



グランプリ
にんにん賞



【ポイント】

廃棄されやすいもので栄養価の高いエビの殻と、緑茶の出しがらを使いました。

【審査員コメント】

米粉のもちもち感の中に、普段は廃棄するエビの殻を使用することで食感も風味も楽しめて、おいしかったです。

山海のチヂミ焼き

材料 (4人分)

- ・エビの殻 8尾分 (干しておく)
- ・小松菜の茎 1把分
- ・米粉 150g
- ・水 300cc
- ・卵 1個
- ・ガラスープ 大さじ1
- ・緑茶出しがら 1回分(干しておく)
- ・ごま油 大さじ2
- ・ボン酢 お好みで

手順

- ①エビの殻をフライパンで乾煎りし、細かく砕く。
- ②小松菜の茎を一口サイズに切る。
- ③ボウルに米粉と水を混ぜ、卵を加えてよく混ぜ、ガラスープを加える。
- ④フライパンを温めて、ごま油をひき、③の生地を丸く流し、①と緑茶出しがら、②をまんべんなく散らす。
- ⑤1~2分焼き、ひっくり返して軽く押さえる。少し焦げ目がついたら完成。
- ⑥お好みでボン酢をかけてください。

味わおう！グランプリ作品

10/15

堺まつり(泉州グルメ at 内川環濠ゾーン)で販売します

10/16
~21

協賛企業のにんにん堺東本店(堺区三国ヶ丘御幸通1-4)でランチメニューの副菜になります

エコレシピコンテスト(学生部門) 投票に参加しませんか

大阪調理製菓専門学校の学生と市内の高校生がエコレシピ作りに挑戦しました。7作品のうち食べたい・購入したいものに投票してください。

詳しくは
こちら↓



期間 10月1日~11月24日

方法 市電子申請システムで



①神のパンケーキ

捨てられてしまいがちなブロッコリーの芯やニンジンの皮を使用



②KAWAイ団子

捨てられてしまう果物の皮を使用



③ごみを出さずに作るサモサ

ジャガ芋は皮をむかず、具材の野菜も皮やヘタを使用



④卵焼きとスムージー

捨てられてしまいがちなブロッコリーの芯やニンジンの皮、ミカンも皮ごと使用



⑤ハンバーガー

ハンバーグのタネに野菜の皮を使用。豆腐も水切りせずにそのまま使用



⑥野菜スープ

タマネギの皮で出汁をとり、具材も野菜の皮を使用



⑦やわらか和風コロケ〜タルタル添え〜

ジャガ芋やニンジンの皮まで使用。出汁をとった後のかつお節と昆布を衣がわりに使用

投票数が多かったレシピは、来年3月にイオンモール堺鉄砲町(七道駅前)のキッチンカーで販売します。

もったいないに気付こう 食品ロスダイアリーモニター募集

家庭で発生した食べ残しなどの食品ロスを毎日記録する「食品ロスダイアリー」のモニターを募集しています。取組の結果を報告し、アンケートに回答すると鮮度保持袋【写真】とエコバッグがもらえます。

要申込 10月16日までに市電子申請システムで先着順

取組期間 10月22日~11月18日

詳しくは
こちら↓



順番につれてって！プロジェクト お得に楽しく食品ロスを減らそう

残り期限の短い値引き商品に貼られた割引シールを2枚集めて応募すると、抽選でカトラリーやエコバッグなど環境に優しいグッズが当たります。

対象 市内協力スーパー 49店舗

要申込 市電子申請システムか市内協力スーパー、資源循環推進課にある応募用紙で

期間 10月1日~11月30日



詳しくは
こちら↓

