

食べきり・使いきりメニューコンテスト入賞者が決まりました！

家庭から発生する食品ロス(=食べられるのに廃棄されている食品)を削減するため、食材を無駄なく使いきる料理レシピを募集した結果、次の方々が入賞しました。

入賞作品のレシピは、区ホームページからご覧いただくことができます。

(審査:東京聖栄大学)

食べきり・使いきり
メニューコンテスト HP



最優秀賞



チーズ漬けサンド
クックネーム:堀内 梨令

【食べきり・使いきりポイント】

お母さんに冷蔵庫で少しずつ余っていた食材を出してもらって、考えたレシピです。お兄ちゃんのお弁当用に残ったしば漬けと少しだけ残っていたピザのチーズと賞味期限のギリギリだったハムを使いました。漬物とチーズの相性は、キムチとチーズが美味しいので、おいしくなると思いました。包丁もほぼ使わずにでき、しば漬け以外の漬物(たくあんや高菜)でもおいしくできました。



優秀賞



だいこんがりんごに！変身パイ
クックネーム
認定こども園すなはら
森谷 奈帆

【食べきり・使いきりポイント】

1本買いすると、なかなか使いきれない・料理がマンネリ化しがちな大根をスイーツにしました。大根の持つ水分や甘みを活かし、じっくり煮込むことで、まるでアップルフィリングのような、しっとりとした甘酸っぱい味わいへと変化します。すりおろしたもののだけではなく、角切りにした大根をいれることでりんごに似た食感も生まれました。余りがちな餃子の皮をパイ生地に変身させたところもポイントです。



大根のつま焼き
クックネーム:田代 祐希

【食べきり・使いきりポイント】

僕はお刺身が大好きです。でも、ツマがいつも残ってもったいないので作りました。お刺身とちがい、作った次の日も食べられます。



りーちゃん賞



鶏肉のパイナップル焼き
クックネーム:あおぞら水元保育園

【食べきり・使いきりポイント】

給食のパイナップルの芯を捨ててしまうのを見て、再利用できないか考えた。



即席味噌汁で豆乳チーズリゾット
クックネーム:こども園そあ 秋本 花奈

【食べきり・使いきりポイント】

- ・使い切れずに残りがちな即席味噌汁、豆乳、粉チーズと冷凍して眠っているご飯を使用。即席味噌汁は種類も多く、組み合わせ次第で楽しめます。
- ・フライパン1つで作れるので洗い物も少なく、簡単に出来るレシピです。

葛飾区ごみ減量・
3R推進キャラクター
りー(Ree)ちゃん