

サクッと！ 茶巻きロール



<作り方>

1. 豚肉に塩コショウをふる。(この時に豚肉を少し潰しながら広げると材料が巻きやすくなる)
2. 豚肉に茶殻をのせて巻く。(お好みで梅肉やチーズを入れると美味しさアップ□)
3. 小麦粉・卵・パン粉の順番につけて強火5分揚げる。
4. お好みでレモンをかけても美味しい！

<材料> 3人分

豚バラ薄切り肉	10枚
茶殻	お好みで
梅肉	お好みで
ベビーチーズ	3個
塩コショウ	少々
小麦粉	50g
パン粉	50g
卵	1個
レモン	お好みで

One Point !

揚げる前につまようじをさすと崩れないよ！

レシピに込めた思い

簡単にわかりやすく誰でも作れるように工夫しました。

フードロスを減らす一歩を、私たちと踏み出しませんか。

今、世界でフードロスという問題が身近で認識されるようになってきました。今まで、フードロスは一部の意識的な人々の間で問題になっていましたが、一般家庭の人々が考える、向き合うきっかけが少ない現状になっていました。そのことをきっかけに捨てられてしまう食材を少しでも多く救うことを意識した結果、このような料理を考えました。私たちは、茶殻を救いましたがまだ救える食材たちがたくさんあると思います。皆さんも毎日救える活動を一緒に始めませんか？