

村上茶LOVEレット□



材料

- ・茶殻 110g
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・ベーキングパウダー 小さじ3
- ・卵 2個
- ・砂糖 120g
- ・牛乳 40g
- ・無塩バター 100g
- ・スライスアーモンド 少量
- ・愛情 適量

作り方

1. 無塩バターは室温に戻し、ホットケーキミックスとベーキングパウダーを混ぜてふるう。
2. 型にキッチンペーパーなどを敷く。オーブンは180℃で予熱する。
3. 茶殻と牛乳、卵をミキサーで粉碎・攪拌しておく。
4. 無塩バターと砂糖を木ベラなどでよく擦り混ぜる。
5. 4に3を少しずつ加え混ぜます。分離しても気にせず、泡だて器でぐりぐりと混ぜる。
6. 5にホットケーキミックスとベーキングパウダーをさっくりと混ぜる。木ベラなどを使い混ぜすぎない。
7. オーブンで18～20分焼く。

～食品ロスに関するコラム～

まだ食べられるのに捨てられている食べ物のこと

- ・食品メーカー、小売店、飲食店 ⇒約339万トン
- ・家庭 ⇒約282万トン

家庭における食品ロスの内訳

- 第1位 過剰除去・・・55%
- 第2位 食べ残し・・・27%
- 第3位 直接除去・・・18%

あなたも一年でお茶碗164杯分の食べ物を無駄にしているかも？！

～レシピに対する思い～

茶殻を残している家庭は多いと思いますが、このケーキのように茶殻は無駄にすることなく活用できます。しかも、お手軽に料理に使えるので、日常でも使いやすい身近な素材であると思います。

今の日本は食品ロスに関する問題が深刻ですが、このように茶殻を活用することからどんな食品も大切にしていって考えを持っていければいいと思います。