

食品ロス減らし隊！！



村上茶らブレッド

〈材料〉

- 茶殻・・・70g
- 卵・・・1個
- ホットケーキミックス・・・150g
- ベーキングパウダー・・・小さじ2
- 無塩バター・・・50g
- 砂糖・・・60g
- 牛乳・・・20g
- スライスアーモンド（お好みで）・・・適量

〈作り方〉

- ① 無塩バターは室温に戻し、(a) ホットケーキミックスとベーキングパウダーを混ぜておく。
- ② オーブンを180℃に予熱しておく。
- ③ 茶殻、卵、牛乳をミキサーで粉砕、^{ふんさい} ^{かくはん} 攪拌する。
- ④ 室温に戻した無塩バターと砂糖をボウルに入れ、木べらなどでよく擦り混ぜる。
- ⑤ ④に③を少しずつ加え混ぜる。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 (a) を入れ、木べらでさっくりと混ぜる。
- ⑦ 型に入れ、表面にトッピングを乗せオーブンで18～20分焼く。

〈レシピについて〉

普段は捨ててしまっている茶殻を使って、ケーキのレシピを考えました。

子供からお年寄りまで、幅広い年代の方に食べてもらえるように、お茶の風味を残しつつ甘みのある、簡単に作れる食べやすいケーキになっています。

食品ロスについてまとめたこと

*食品ロスとはまだ食べられるのに捨てられている食べ物のことです。

今日本では年間約621万トンも食品ロスがあります。
その中の約282万トンは、家庭からでるものです。

日本は食料の大半を輸入に頼っているにも関わらず、食品ロスが多いです！！

そこで私たちは食品ロスを減らすためにいろいろなことを考えました。

- ① 買い物に行く前に、冷蔵庫の中をチェックする！
- ② 無駄な買い物をしないために、買い物をするときはカートではなく、かごを手で持つ！
- ③ 前日に残ったおかずをリメイクして、翌日のおかずにする！

例) 肉じゃが→コロッケ、カレーライス→ドリア