

# モッタイナイでもっと美味しく モッタイナイでもっと楽しく

食材や生産者、そして日々の料理に感謝し「食品ロス削減」へ

- モッタイナイレシピ投稿・検索
- 「生産地／生産者を訪ねて」
- 為になる「生ごみ減量ネタ」
- 地元料理研究家のレシピ紹介
- 小宮山雄飛のカレーレシピ開発
- 企業やNPO情報ポータル化

レシピ投稿サイト

## モッタイナイキッチン

<https://www.mottainai-kitchen.com/>

## 9月1日サイトオープン

@環境局 家庭ごみ減量課

# 食への愛で「捨てる」を減らす モッタイナイキッチン、始めます。

例えば、こんなレシピ。投稿お待ちしております♪

キャベツの芯  
固い葉も！



お弁当やおかず  
の残りも！

## ■野菜たっぷりスパニッシュオムレツ■

【材料】

- ・キャベツ 外葉や芯含め2〜3枚
- ・フライドポテトの残り
- ・プチトマト、スナックエンドウ、ズッキーニなど適宜
- ・卵3個、とろけるスライスチーズ、粉チーズ、塩、胡椒
- ・にんにく、オリーブオイル

## 【作り方】

- ①キャベツの外葉や芯は下茹でして、絞る。
- ②全ての野菜を食べやすくカット。
- ③卵、粉チーズ、塩、コショウを溶く。フライドポテトの残り、スライスチーズをちぎって混ぜる。
- ④フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくの香りを出し、野菜を炒め、卵液を流し込む。
- ⑤フタをして中弱火で約5分。大皿を使って返し、1分。
- ⑥盛り付けて、粉チーズとオリーブオイルをかける。







食への薬で「捨てる」をゼロに。

## モツダイナイキッチン



食への薬で「捨てる」をゼロに。

## モツダイナイキッチン

いつもは捨ててしまっている

果物や野菜の皮を使ったり、

出汁を取り終わった鰹節や

煮干しを材料にしたり、

保存して長く美味しく食べられたり。

食品ロスを、楽しく

おいしくゼロにする、

「モツダイナイ」が言葉の

レシピ投稿サイト。

<https://www.mottainai-kitchen.com/>