

レシピ紹介（東京都北区 2021/10/5 公開）

毎日の料理を楽しみにする **cookpad** 359万 レシピ

Q キャベツ レシピ検索

スイートポテト アップルパイ ロールキャベツ おでん 白菜

【リデュース】キャベツたっぷりお好み焼き

レシピを保存



キャベツの芯、人参は皮ごと使うことで、食品ロスを減らします。

消費者庁

材料 (4人分)

薄力粉	100g
卵	3個
水	大さじ5
キャベツ	1/4個(250g)
人参	中1/2本(75g)
あさつき	15本(60g)
スライスチーズ	4枚
はんぺん	1枚 (100g)
豚バラ肉	120g
サラダ油	適量
ソース	適量
マヨネーズ	適量
塩	適量

コツ・ポイント

キャベツは芯も薄切りにし、にんじんは皮ごと使うことで、食品ロスを減らします。

このレシピの生い立ち

「全国おいしい食べきり運動ネットワーク協議会」に参加している東京都北区のレシピです。令和元年度、令和2年度の東京都北区と東京家政大学連携事業で作成した冊子「はじめよう！リデュースクッキング」の春の料理です。

レシピID：6857394 公開日：21/10/05 更新日：21/10/05

レシピを保存 印刷する メールする 携帯に送る レシピを共有



このレシピの作者

消費者庁

消費者庁では、食品ロスの削減や食の安全・安心を確保するための様々な取組を行っています。消費者庁のキッチンでは、消費者の皆様へ食品ロスや食物アレルギーといった身近な問題に役立つレシピを紹介しています。