

その野菜くず、  
ちょっと待つて!

# あなたの家のもったいないを削減

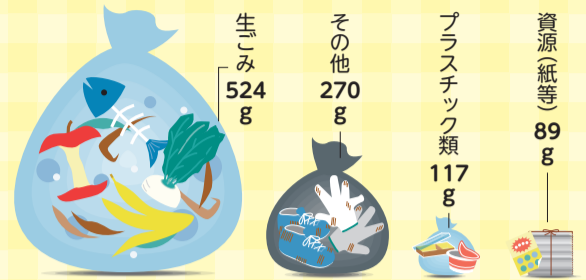
問合せ 清掃リサイクル課 ☎内線470

知っていますか?

生ごみは燃やすごみの**50%以上**を占めています

賞味期限切れや食べ残しなどで捨てられてしまう食品（食品ロス）は、全国で年間642万tもあります（出典：農林水産省及び環境省「平成24年度推計」）。  
区では食品ロス削減のために『もったいないレシピ』を募集しました。今回は応募があったレシピを紹介します。

平成26年度燃やすごみの排出原単位等  
実態調査結果(1kgあたり)



## レシピ紹介



黒くなったバナナを使って

### 完熟バナナの Pound ケーキ

#### 材料

- 小麦粉150g ・砂糖100g
- マーガリン100g ・卵3個
- 熟したバナナ2本（皮が黒くなっているくらいの方がよい）

#### 作り方

- バナナ1本はスプーンの背で潰しておく
- 小麦粉はざるなどでふるっておく
- マーガリンをボールに入れ、砂糖を入れて混ぜる
- そこに、溶いておいた卵3個を入れて混ぜる
- よく混ぜたら、小麦粉を少しずつ加えてへらで混ぜる
- 潰したバナナも加えて混ぜる。（もう1本のバナナは輪切りにしておく）
- 型にマーガリンを塗り、小麦粉をふるっておく
- ⑥で混ぜておいたものを型に流し込む。もう1本の輪切りにしたバナナを生地の中に入れていく
- あらかじめ190℃（目安）に熱しておいたオーブンで45分焼く。竹串を刺してみて、生地が付いてこなかったら完成



ワンポイントアピール

黒くなって見た目が悪くなったバナナを無駄なく使います。子どもにも人気のある一品です。

投稿者：ココさん



半端な食品を使って

### どんと来いびっくり蒸し

#### 材料

- 卵2～3個 ・コンソメスープの素
- 一回で使い切れず中途半端に残った食品（例：きのこ類、かまぼこなどの練り物、シュウマイ、厚揚げ、コーン等の素材缶、おでん、煮物の残り物、少量残った野菜類）

#### 作り方

- それぞれ一口大の食べやすい大きさにして丼に入れる
- 丼にコンソメスープで溶いた卵を入れる（スープと卵の割合は1：1）
- 鍋に3分の1ほど水を入れ、丼ごと蒸す
- ごとごと音がして丼の表面が固まったらでき上がり



ワンポイントアピール

思わぬものが底からでてきて、遊び心もいっぱい！ご飯を入れれば、ボリュームたっぷりの一品料理になります。

投稿者：ぴっぴさん



### 生ごみを減らす工夫はまだあります

- キャベツの芯、大根の皮は薄く刻んでキンピラにします。…… Sさん
- ネギの緑の葉先は細かく輪切りにして油で炒めて、砂糖、味噌を加えてネギ味噌にします。…… 青木さん
- だし昆布は細かく切って醤油、みりん、だし醤油等を使用して佃煮にします。…… 森のうさぎさん

### 生ごみを捨てる前にひと絞り



家庭から排出される生ごみの約80%が水分です。生ごみの水分をよく切ることで、悪臭防止やごみの減量につながります。

※絞るときは手を切らないように注意してください

それでも残ってしまう生ごみに対して

### 生ごみ処理機購入費助成制度のご案内

助成を受ける場合は、家庭用生ごみ処理機等の購入前に申請してください。

**対象** 電動生ごみ処理機、生ごみ堆肥化容器等（ディスポージャー式の機器を除く）

**助成金額** 購入金額の2分の1相当額（上限2万円）

**交付要件** 住民税・国民健康保険料を完納していること等

**申請・問合せ** 清掃リサイクル課 ☎内線449



### 4月から食品ロスの削減「荒川もったいない大作戦」が始まります

今後予定されている取り組みを紹介します。

- ▶小学生向けパンフレットの配布
- ▶保育園・幼稚園向け紙芝居の作成
- ▶(仮称)もったいない協力店の募集



荒川区リサイクルキャラクタ

### フードドライブへのご協力ありがとうございました

フードドライブとは家庭で余った食品を持ち寄り、食料の確保が困難な団体や個人を支援するための活動です。平成27年度に区で実施したフードドライブで集まった食品の数は以下のとおりです。



- ごみ減量講演会（1月20日開催）—— 10品
- もったいないバザール（2月28日開催）—— 30品

今後もフードドライブ活動へのご協力をお願いします。

※食品は荒川区社会福祉協議会を通して寄付しています

問合せ 清掃リサイクル課 ☎内線470