

食品ロスをなくそう 使いきりレシピ

～廃棄なしの大根餅～

廃棄しがちな食材を使って



レシピの紹介

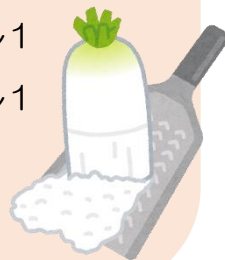
大根の皮はいつも捨てがちですが、丸ごと使え廃棄がなく環境に優しいレシピになっています。

ポイント

- 大根の水気はしっかりときっておくことで仕上がりがよりもちもちした食感になります。
- 最後の絡める作業はしっかり絡めておくことで味がつき美味しくなります。

■材料 2人分

大根	1/4 本
片栗粉	大さじ5
ごま油	大さじ 1/2
みりん	大さじ1
砂糖	大さじ1
しょうゆ	大さじ1



■つくり方

- ① 大根をたてに半分に切り、その後また半分に切る。
- ② ①を皮ごとすりおろし、水気をしっかりと切る。ボウルに移し替えて片栗粉を混ぜる。
- ③ フライパンにごま油を敷き、②を一口サイズに丸めて表面がこんがりするまで上下ひっくり返して中火で焼く。
- ④ みりん、砂糖、しょうゆをよく混ぜ合わせておく。
- ⑤ ③がこんがり焼けたら④を加えて絡める。
- ⑥ よく絡まったらお皿に盛り付けて完成！