

台東区協働事業提案制度 2018年度実施事業
サルベージ・パーティ
～食材の使い方を考えるじかん～
in 台東区

レポートブック

REPORT BOOK



台東区



Food Salvage

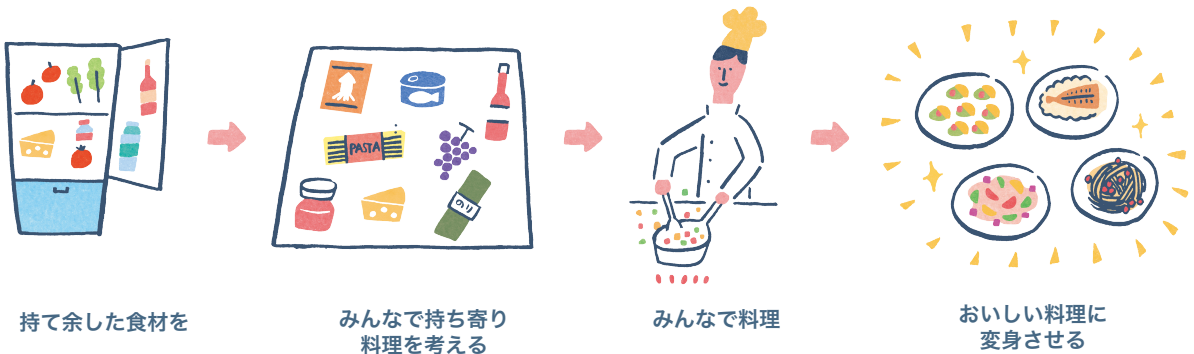
「捨てる」を「救う」に。

サルベージ・パーティ



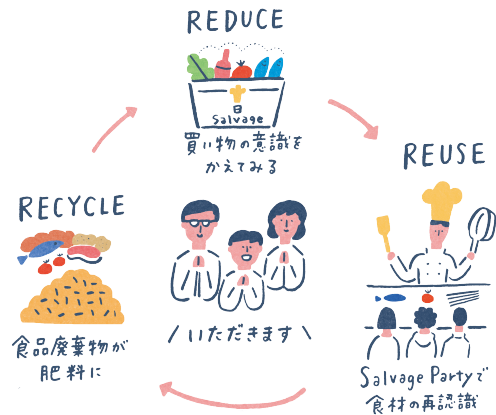
Salvage Party®

持て余している食材をみんなで持ち寄り、おいしい料理に変身させる。
それが食材を救い出す魔法「サルベージ・パーティ」。
食品ロスについて楽しく考えられる取組みとして、注目されています。



「食品ロス」のサルベージに楽しく挑戦！

「食品ロス」とは、まだ食べられるのに捨てられている食品のこと。冷蔵庫などに入れっぱなしの食材があったら、サルベージ・クッキング！ポイントは、今までの調理方法に縛られないこと。新しいレシピが増えれば、もうその食材を持て余すことはありません。家庭だけではなく、地域や職場で、楽しみながら挑戦してみましょう。



サルベージ・パーティ Webサイト <http://salvageparty.com>



台東区では、楽しみながらできる食品ロス削減のための取組みとして、「サルベージ・パーティ」の普及を進めています。2018年度に様々な場所でモデル的に開催した結果を次からのページで紹介いたします。サルベージ・パーティを開催する際に参考にしてみてください。

第1回 みんなでサルベージ・クッキング教室

概要

開催日 2018年6月23日（土）11:00～13:30

参加者 14名

場所 谷中区民館



集まった食材

野菜>大根、人参、きゅうり

果物>柑橘

肉類>ハム

びん、缶詰>ツナ缶、ホワイトソース缶、ホタテ缶、カニ缶、タコスミート、コンビーフ

乾物>そうめん、粉寒天、インスタントラーメン、ひじき、昆布、わかめ

加工品>豆腐、ミートソース、福神漬、牛飯、佃煮

その他>スンドゥブの素、中国茶葉、黒ごまきな粉、福豆、納豆、ホットケーキミックス、クレープミックス

※基礎調味料、卵、鶏肉、長ネギ、みょうが、水菜、鯖缶、さんま缶は、事前に運営側で準備した。

この日うまれた料理の紹介

<豆腐のキャロットケーキ>

材料：人参、豆腐、ホットケーキミックス、クレープミックス、卵、柑橘

つくりかた

1. ホットケーキミックスとクレープミックスを混ぜ合わせて、卵と潰した豆腐を加える。
2. すりおろした人参を1に加えよく混ぜて好みの型にはめて、オーブンで焼く。
3. 焼きあがったケーキにカットした柑橘を加える。



○ 参加者の声

家庭で出てしまう「食品ロス」を減らすには、食べ物を無駄なく大切に使うことが大事だと感じました。

第2回 みんなでサルベージ・クッキング教室

概要

開催日 2018年7月8日(日) 11:00~13:30

参加者 15名

場所 寿区民館



集まった食材

野菜>じゃがいも、人参、きのこ

果物>バナナ

びん、缶詰>ピクルス、桃缶

乾物>ポン菓子、稲庭がゆ、かつおフレーク、餅

加工品>スナック菓子、カップチーズリゾット、レトルトカレー

その他>インスタントカフェオレ、お茶漬けの素、納豆、イカスミソース

※基礎調味料は、事前に運営側で準備した。

この日うまれた料理の紹介

<ツナ入りチーズリゾット>

材料： カップチーズリゾット、かつおフレーク
人参、スナック菓子

つくりかた

1. カップのチーズリゾットの材料を、お湯を張った鍋に入れて火を通す。
2. 千切りした人参、かつおフレークを1に加えよく混ぜてさらに煮込む。
3. 最後に砕いたスナック菓子をふりかけて完成。



○ 参加者の声

スナック菓子など料理には一見使いづらい食べ物も、料理のトッピングに使うなど工夫次第で料理に使えることは収穫でした。

第3回 親子でサルベージ・クッキング教室

概要

開催日 2018年8月19日（日）11:00～13:30

参加者 親子7組14名

場所 社会教育センター



集まった料理

野菜>玉ねぎ、トマト、椎茸、じゃがいも
レタス

肉類>豚肉

びん、缶詰>ひじき缶、ホワイトソース缶、かに缶、ゆであずき缶、トマトソース瓶

乾物>そうめん、スパゲティ（乾麺）

※基礎調味料は、事前に運営側で準備した。

この日うまれた料理の紹介

<そうめんのグラタン>

材料： そうめん、ホワイトソース、じゃがいも
玉ねぎ、豚肉

つくりかた

1. スライスした玉ねぎと、一口大にカットしたじゃがいもと豚肉をフライパンで炒める。
2. 1と砕いたそうめんをホワイトソースと混ぜ合わせる。
3. 2を型にはめてオーブンで焼いて完成。



○ 参加者の声

- ・ はじめて包丁を使ったけど上手に料理ができて楽しかった。
- ・ 子供と食について話をしたことがなかったので良い機会になった。

第4回 親子でサルベージ・クッキング教室

概要

開催日 2018年9月23日（日）11:00～13:30

参加者 親子4組8名

場所 谷中区民館



集まった料理

野菜>茄子、人参、まいたけ、しいたけ、きゅうり

肉類>ベーコン、豚肉、鶏肉

びん、缶詰>レンズ豆、大豆

乾物>餅

加工品>カルパス

その他>卵、餃子の皮

※基礎調味料、卵は、事前に運営側で準備した。

この日うまれた料理の紹介

<ベーコンとお餅のトマトソース煮込み>

材料： レンズ豆、餅、人参、ベーコン、大豆、
トマトソース缶

つくりかた

1. カットしたベーコン、人参を炒める。
2. 1と豆類を鍋に入れてトマトソースで煮込む。
3. 一口大にしたお餅を軽く焦げ目ができる程度に焼いて、2に入れて完成。



○ 参加者の声

- ・ 嫌いな茄子をつかったオムレツをつくりました。自分で作った料理だと嫌いな茄子も食べられました。
- ・ 子供と参加して楽しい料理を通して、食品ロスが身近に感じることができました。

台東区オフィシャルサルベージ・プロデューサー 育成講義レポート

概要

開催日 2018年6月2日（土）16日（土） 各日14:00～16:00

参加者 2日：20名 16日：22名

場所 台東区役所

講師名 一般社団法人フードサルベージ代表理事 平井巧

○1日目

「食品ロス」の意味、数値データ、発生する原因を解説。食品ロスを家庭で生まないための「サルベージ・パーティ」の内容と実績を紹介。講師よりサルベージ・クッキングをデモンストレーション。

<使用食材>

スーパーの見切り品コーナーでよく見かける果物、消費期限の短い傷みやすい果物で安くなっているものを使用。（レモン、柑橘類、キウイ、ハーブ類）

<メニュー>

果物のコンフィチュールのアレンジ2種。さっと煮込んで果実の風味を残し、はちみつでとろみをつける。少量ずつ、お麩のトーストにのせて試食。

○2日目

前回の振り返り後、「サルベージ・パーティの開き方」を解説。サルベージ・パーティの特徴、イベントの流れ、準備するもの、参加者への案内、衛生面について紹介。

公認サルベージ・シェフ高田大雅氏から、レシピの考え方や、シェフに依頼する際のポイントを解説。

オフィシャル サルベージ・プロデューサーの 認定

オフィシャルサルベージ・プロデューサーの今後の活動について。

・期待する活動内容

- ①サルベージ・パーティを通して食品ロスへの取組を地域と世の中に示す。
- ②フードサルベージが開くサルベージ・パーティと同じことができるようになり、最終的にはオリジナル性をもった内容で開けるようになる。

・フォロー体制

- ①開催にあたっての問い合わせ対応
- ②他の地域で開かれるサルベージ・パーティへの招待
- ③開催装飾ツール貸出（のぼり、提灯）
- ④レポートをサルパ公式サイトに掲載



概要

件名 環境（エコ）フェスタにおける啓発活動

開催日 2018年11月10日（土）11日（日）

場所 台東区生涯学習センター 環境（エコ）フェスタの行政展示ブース

レポート

○パネル展示の詳細

サルベージ・パーティについて／サルベージ・パーティ過去開催データ／

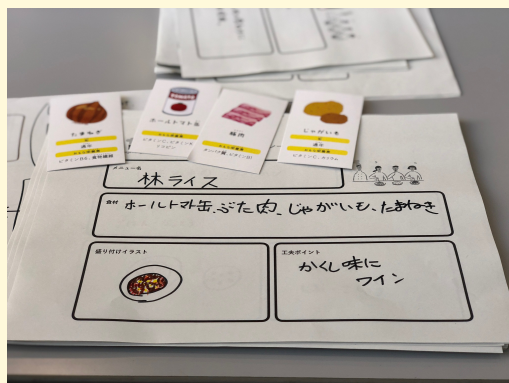
台東区内でのサルベージ・パーティ開催の様子

パネルの他、オリジナル提灯とのぼりも設置して活動を訴求。

○レシピ開発ワークショップの詳細

「豚肉」や「そうめん」など家庭に良くある食材が描かれたカードを、参加者にランダムに配布。

参加者は配られたカードを組み合わせて最低1品の料理を考える。考えた料理の「メニュー名」「使った食材」「盛り付けイラスト」「工夫ポイント」をワークシートに記載。希望者にはワークシートを持ち帰ってもらった。当初タイムテーブルを設け、1日5回の実施を企画していたが、当日の参加希望者が多かったため、実施時間を設けずに飛び入りで参加者が集まった時点で都度ワークショップを開始。



<お問い合わせ>

本事業に関すること：台東区清掃リサイクル課

電話 03-5246-1018

サルベージ・パーティに関すること：一般社団法人フードサルベージ

メール info@foodsalvage.or.jp