



サルベージ・パーティ レポートブック

REPORT BOOK



「捨てる」を「救う」に。

サルベージ・パーティ

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。



Salvage Party



1 冷蔵庫の中にある
持て余した食材を

2 みんなで持ち寄り、
できる料理を考える

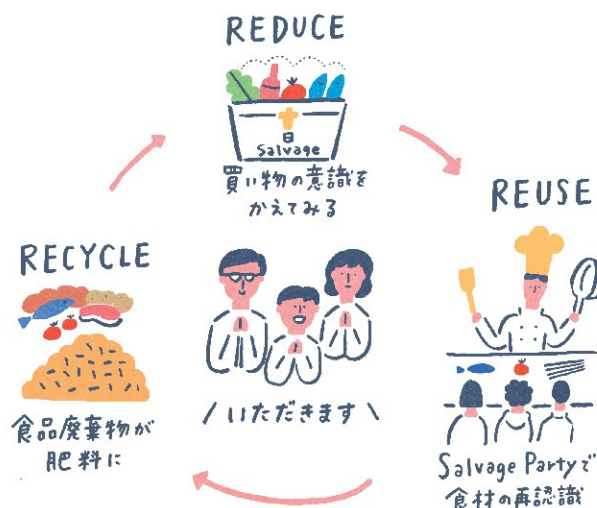
3 みんなで料理

4 おいしい料理に
変身させる

「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。県内では未開封のまま捨てられる「手付かず食品」が多いことがわかっています。

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>



県では、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。平成29年度に様々な団体や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します。サルベージ・パーティを開催する際に参考にして下さい。

サルベージ・パーティ 富山県婦人会

第1回 主婦を対象としたモデル開催

(シェフ発案のメニューをグループで調理)

開催日: 平成29年6月24日(土) 12:30~14:00

参加者: 35名

主催: 富山県、富山県婦人会

場所: 富山県民共生センター サンフォルテ2F調理実習室

集まった食材

野菜 ピーマン、生姜、玉ねぎ、きゅうり、ズッキーニ、大根、人参、キャベツ、レタス
 びん、缶詰 コーン缶、焼き鳥缶、カニ缶、ツナ缶、さば缶、なめたけ、スープ缶
 乾物 うどん、氷見うどん、冷麦、茶そば、スパゲティ、五箇山そうめん、春雨、
 マカロニ、ひじき、高野豆腐、かつおぶし、干し柿、とろろ昆布、
 インスタントラーメン、干しいたけ
 調味料類 トマトケチャップ、だしのもと
 その他 抹茶かたくり、もやし炒めの素、レトルト米(白、赤飯)、きな粉、酒粕、
 ブルーベリージャム、チーズ、ソーセージ



当日出来た料理

※主催者側で用意したもの

1 夏の和風パスタ

色んな麺が食感のアクセントに

- 作り方
1. 麺類をゆで時間を調整しながらゆでる
 2. ズッキーニを一口大に切って油で炒める
 3. 乾燥ひじきを水で戻す
 4. 炒めたズッキーニにだしの素を加え麺を加えて少しだけ加熱
 5. 全体が混ざって麺がちょうどいいところで皿に上げる
 6. とろろ昆布とひじきを和える
 7. 醤油麹*で味を整える



2 あたたかい春雨サラダ

春雨は万能!

作り方

1. 干しいたけを少ない水で戻し、柔らかくなったらカットする
2. 豚肉*、ピーマンを一口大にカットする
3. 豚肉を炒め、水で戻した春雨を加える
4. しいたけ、ピーマン、カニ缶、ツナ缶を加え軽く炒める
5. 全体がまとまったら春雨のスープともやし炒めの素を加える



3 レトルト米のおしるこ風

保存食を美味しくアレンジ

作り方

1. レトルト米2種を鍋に入れ、多めの水に弱火で煮る
2. 米粒がほぐれて水分を含んできたら生姜をおろして加える
3. 干し柿を2等分して加える
4. 甘酒*、塩麹*で味を整える



当日のようす



まとめ

- 日頃料理をしている方が多かったため、料理・片付けがスムーズに進められた。
- 開催時間がちょうど昼頃だったこともあり、昼食を食べてきてしまった方も。事前にしっかりと説明を。
- 食材がたくさん集まって料理が多くできたが、量が多すぎておなか一杯になった。無理して全部の食材を使おうとせず、家に持ち帰ってサルベージ・クッキングに挑戦!



サルベージ・パーティ とやま環境フェア2017

第2回 イベントのブースでのモデル開催

(シェフがメニューを解説しながら調理し、参加者は見学・試食)

開催日：平成29年10月21日(土)
 第1回12:00~13:30、第2回14:30~16:00
 参加者：27名(第1回17名、第2回10名)
 主催：富山県 場所：富山産業展示館 テクノホール

集まった食材

- 野菜、果物 なめこ、小松菜、トマト、ピーマン、人参、チンゲン菜、水菜、しる菜、かぼちゃ、里芋、冬瓜、柿、さつまいも
- びん、缶詰 ツナ缶、さば水煮缶、あさり水煮缶
- 乾物 餅、春雨、マカロニ、パスタ、そうめん、冷麦、氷見うどん、きしめん、麩、昆布、とろろ昆布、かつおぶし
- その他 焼きそばソースの素、粉末ピーナッツ、牛乳、おかき、レトルトカレー、クラッカー、茶づけの素、ハーブティ



当日出来た料理

※主催者側で用意したもの

1 昆布&ピーナッツの パッタイ風氷見うどん

うどんがタイ料理に!

- 作り方
1. 氷見うどんを茹でておく
 2. 鶏モモ肉*を一口大サイズにカットし、フライパンで焼く
 3. そこに、ツナ缶、なめこ、茹でた氷見うどん、カットした野菜を入れて火を入れる
 4. 火が通ったら、粉末ピーナッツと昆布、焼きそばソースの素を混ぜて完成



2 人参と柿のラペ

すぐ出来そう!

作り方

1. 人参と柿を同じ大きさの千切りにする
2. お酢*、オリーブオイル*、塩*、胡椒*といっしょにボウルの中で混ぜ合わせて完成



3 アジア風 あさりの クリーミーカレーきしめん

レトルトで簡単味付け!

作り方

1. あさり水煮缶の中身すべてを、フライパンで火を通す
2. レトルトカレーを入れてあたためる
3. あらかじめ茹でておいたきしめんを、フライパンの中に入れてよく混ぜる
4. トマトと、味見をして量を調整しながら粉末ピーナッツを入れる
5. 最後にしる菜を入れて完成



当日のようす



まとめ

- カセットコンロやフライパンなどの調理器具を準備することで、調理設備がないブースでも、開催することができた。IHヒーターを使用する場合は、ブースで使用できる電源容量に注意する。また、洗い場を近くに確保するとスムーズに進行できる。
- 調理は基本的にシェフが行ったが、シェフが丁寧に解説することで、参加者は料理を目の前で見学・試食しながら、食材の使い方や料理のヒントを発見できる良い機会となった。
- ブース形式で不特定多数の方に食事を提供する場合は、衛生管理に特に気をつける必要がある。(手洗いの徹底、調理する人の健康チェックなど)



第3回 サルベージ・パーティ 富山市立萩浦小学校

親子を対象としたモデル開催

(シェフと子ども達と一緒にメニューを考案し、親子で調理)

開催日：平成29年11月18日(土)11:00~13:00

参加者：親子5組15名

主催：富山県

場所：富山市立萩浦小学校

集まった食材

- 野菜 長ねぎ、大根、セロリの葉、ヤーコン、かぼちゃ
びん、缶詰 鮭フレーク、鯛味噌缶、鮭の水煮缶、ミートソース缶
乾物 そうめん、ペンネ
その他 お好み焼き粉、卵、キーマカレーの素、チョコレート、ミックスビーンズ



当日出来た料理

1 ねぎ鮭 盛りだくさん! 鯛みそ焼き

ねぎを美味しくたくさん食べられる!

- 作り方 1. 水、卵、鯛味噌缶の中身を入れて、お好み焼き粉を溶く
2. 長ねぎを輪切りにして、鯛味噌缶の味噌と鮭の水煮缶の中身を和えてタレを作る
3. 溶いたお好み焼き粉をフライパンで焼く
(好みて鮭フレークや、鮭の水煮缶を生地に入れる)



2 パンプキンとビーンズの チョコ和え

お菓子も使える!

- 作り方 1. かぼちゃを一口大にカットしてお湯で茹でる
2. 湯煎して溶かしたチョコレートの中にミックスビーンズを加え1と和える



3 ヤーコンの チョコレートフォンデュ

野菜とチョコの新食感スイーツ

- 作り方 1. 皮を向いたヤーコンを一口大にカットしてお湯で茹でる
2. 湯煎して溶かしたチョコレートと和えて完成



当日の
ようす



まとめ

- 子どもは発想が豊かで、メニューのアイデアが多く出た。
- 大人が立ち会うことで、子どもも包丁や火を使って調理をすることができた。
- ねぎが嫌いだった子どもから「自分で調理したら美味しく食べられた」との感想があった。サルベージ・パーティは子どもの好き嫌いや食べ残しをなくすことにもつながることがわかった。



/いただきます\

第4回 サルベージ・パーティ 経済同友会

職場でのモデル開催

(シェフが発案したメニューのイメージをヒントに、参加者が自由に調理)

開催日：平成29年11月19日(日) 11:00~13:00

参加者：21名

主催：富山県、富山経済同友会

場所：富山県民共生センター サンフォルテ2F調理実習室

集まった食材

- 肉 類 ソーセージ
- 魚 介 類 甲箱ガニ、カレイ
- 野菜、果物 さやいんげん、ピーマン、りんご、さつまいも、里芋、玉ねぎ、大根、白菜、わさび
- びん、缶詰 カニ汁の缶詰、いちご煮
- 乾 物 お餅、焼き海苔、ペンネ、高野豆腐、ドライアップル、氷見うどん、讃岐うどん、からすみ、寒天、冷し中華
- そ の 他 豚角煮(レトルト)、厚揚げ、チーズ、朴葉味噌、ホットケーキミックス、牛肉しぐれ煮(レトルト)、卵、シナモン、コンデンスミルク、スナック菓子、サムゲタンの素、レモンシュガー、銅の素



当日出来た料理

1 からすみ・ドライアップル入り焼き麺

フルーツでさっぱり味に

- 作り方
1. 砕いたドライアップル、カットしたソーセージをフライパンで炒める
 2. カットしたからすみを加えて、塩で味を整えながらさらに炒める
 3. 水で戻した寒天、茹でたうどんと和えて、カットしたチーズをかけて完成



2 里芋のポタージュ

里芋たくさん食べられます

作り方

1. 里芋の皮をむき、火が通るまで茹でる
2. 茹であがった里芋をマッシャー等でつぶす
3. 高野豆腐を水で戻しておく
4. すべての材料を適量の水に入れ火にかけて、沸騰したら完成



3 ハッピー浅漬け

スナック菓子が味の決め手!

作り方

- カットした白菜を塩でよく揉み込み、細かくしたスナック菓子とレモンシュガーを混ぜて完成



当日のようす



まとめ

- 男性の参加者が多く、日頃あまり料理をしない方が多かったが、グループ内で協力しながら楽しく料理をすることができた。職場で社員同士の交流イベントとしても有効であることがわかった。
- 参加者の名札を用意すると、グループ内でコミュニケーションが取りやすくなり、スムーズに進めることができる。



第5回 サルベージ・パーティ 消費者協会ほか

——— 消費者団体などを対象としたモデル開催 ———
 (シェフが集まった食材を各グループに振り分け、参加者がメニューを考えながら調理)

開催日：平成29年12月14日(木) 11:00～13:00
 参加者：20名
 主催：富山県、富山県消費者協会
 場所：富山県民共生センター サンフォルテ2F調理実習室

集まった食材

- 肉 類 ソーセージ
 果物、野菜 パナナ、りんご、大根、ヤーコン、里芋、ぎんなん、糸瓜
 びん、缶詰 オイルサーディン、いわし缶、ツナ缶、さば缶、カンパン
 乾 物 昆布、そうめん、氷見うどん、スパゲティ、焼き海苔、
 粉末お吸い物、干しいたけ
 そ の 他 白玉粉、卵、キャンディチーズ、ドライカレーの素、
 たらこスパゲティソースの素、羊羹



当日出来た料理

1 チーズin白玉ぜんざい

羊羹が大変身!

- 作り方
1. 白玉粉を使って、キャンディチーズ1個を包み込むように白玉を丸めていく
 2. 鍋にたっぷりの湯を沸かし、1の白玉だんごを入れて茹でる
 3. 別の鍋の中に少量の水と羊羹を入れて、火にかけながら羊羹をくずす
 4. 砂糖と水でゆるめにシロップを作る
 5. 白玉だんご、くずした羊羹、シロップを器に盛り付けて完成



2 里芋のコロッケ

カンパンが衣に

- 作り方
1. 皮をむいて茹でた里芋と、ドライカレーの素と砕いたカンパンを混ぜ合わせて、手で丸く成形する
 2. 1を多めの油で揚げ焼きして、箸で触ってカリッとなれば完成



3 カレーパスタ

カレーの素は万能調味料

- 作り方
1. 茹でたスパゲティにドライカレーの素を和える
 2. カットしたソーセージを炒める
 3. 麺とソーセージを混ぜて、最後に砕いたカンパンを振りかけて完成



当日のようす



まとめ

- 参加者がメニューを考えながら調理する場合、グループの参加者全員が調理に参加できる工夫が必要。例えば、始めに分担を決めたり、シェフによる料理のポイントをメモ書きで共有したりなど。
- チーム分けする場合、普段料理をしない人と、日常的に料理をする人をバランス良く分けると料理がスムーズに運び、お互いに学びが多い。



参加者のご意見(全5回分のアンケート結果より)

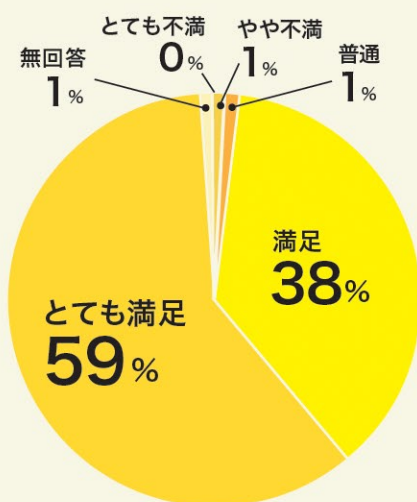
回答者数 101名

性別: 男性…18%、女性…82%

年齢: 9歳未満…6%、10代…5%、20代…1%、30代…6%、40代…11%、50代…10%、60代…35%、70代以上…18%、無回答…7%

職業: 会社員…23%、家事専業…19%、学生…10%、自営業…6%、その他…25%、無回答…16%

満足度



よかったところは何ですか?(複数選択)

- 新しいレシピ、食材の使い方がわかったこと ……82名
- 食品ロスについて学べたこと ……64名
- 大勢で集まって、楽しみながら調理したこと ……49名
- 気軽にエコ活動に取り組めたこと ……44名

今後どのようなグループや場所で開催されると良いと思いますか?

- 地域の集会、ママ会、PTA、育児サークル、ボランティアグループ、婚活パーティ、栄養士の研修、食生活改善推進連絡協議会の研修
- 友達と、家族と、孫と、若者向けに、職場のお昼時間、子どもがなっているサッカーチーム
- 公民館、町内会館、レストラン、社員食堂、学校・大学、職場

感想・気づき

- ・新しい体験、とても有意義な時間だった。
- ・どんな食材が来るかわからないところがどきどきワクワク。
- ・持ち寄り材料で多種類の料理ができ、メインからデザートと楽しんでできました。
- ・考えつかないような、つかい回しがあり発見でした。盛り付けもとても参考になりました。
- ・インスタント食品を使い、味付けしたので速く仕上がった。手軽にできる。
- ・とても勉強になりました。レシピからの卒業、食材の形をかえる、組み合わせの妙を学ぶなど、これからも役立てたいと思います。
- ・楽しく食ロスに取り組むことができる。
- ・家庭でも余りものを活用したい。



富山県生活環境文化政策課環境政策課廃棄物対策班

〒930-8501 富山市新総曲輪 1-7 TEL: 076-444-3140 (直通) FAX: 076-444-3480

このレポートは、富山県「サルベージ・パーティ開催業務」(H29年度)として制作されました。