

入賞



## 生ごみを出さない調理と たまねぎの皮や卵の殻の利用法

### ■工夫ポイント■

生ゴミをなるべく出さないよう、出したゴミを何に使えるか考え、卵の殻を洗剤代わりにする。玉ねぎの皮を染料や黒ずみ落としに使う。

### ■アイデア■

野菜スープなど野菜を使った調理をすると皮が出る。その皮はそのまま捨てず、コロッケの具や畑の肥料とする。

①例えば人参、玉ねぎ、ベーコン等のスープを作ったとき、人参の皮をコロッケにする。玉ねぎの皮は捨てずに、染料として使う（鮮やかな黄色）。また鍋の黒ずみを落とすときにも使える。  
→玉ねぎの皮を黒ずみのある鍋の中に入れ、水を入れて沸騰させると汚れが落ちる。



②例えばなすと卵のスープを作ったとき、なすの皮は食べやすい一口サイズにして軽く塩もみをし、しょうゆと一味唐辛子を加え即席漬けにして食す。卵のカラムも捨てずに軽くすいだ後、乾燥させて粉末状にする。これで金属の黒ずみ等の汚れを落とす。



### ■一言コメント■

玉ねぎの皮や、卵の殻で鍋の汚れ取りをすれば、洗剤の使用を少なくできますね。