



# なんでもエコ丼ぶり

立中 秀徳 さん 自営業

## **B** 食べ切れなかった料理のリメイク

### **材料** (2人前)

昨夜のおかず余りの食材  
(揚げたトンカツ・野菜炒めなど)  
卵1個  
めんつゆ(お好みの市販品)適宜

### **調理方法**

- ①余りの食材を用意し、鍋にかける。
- ②溶き卵を作り、鍋に投入。
- ③めんつゆをお好みでかけ回し、味を調える。
- ④ご飯の上に盛り付けて完成。



## 食品ロス削減ポイント

昨夜の余ったおかずをめんつゆと卵で丼ぶりにリメイク。おいしくて経済的!