



ソースも使い切ります！

高橋 ひとみ さん

パートタイマー

A 消費期限が近づいていたり
余りがちな調味料や食材を使う

材料 (2人分)

手羽元10本

ゆで卵4個

しょうが1片

賞味期限の迫ったウスターソース1カップ

しょうゆ大さじ2

みりん大さじ2

水適量(材料がひたる程度)

} 調味料A

調理方法

- ①手羽元はフライパンで焼き目がつくくらい焼く。
- ②鍋に調味料A、①、ゆで卵の順で入れる。
- ③スライスしたしょうがを入れて煮る。
- ④15分ほど煮込み、火を消して味をしみこませる。



食品ロス削減ポイント

賞味期限の迫ったウスターソースで煮込み料理を作ったら、スパイスの効いたおいしいおかずの出来上がり。