

## リメイクレシピ

メニュー名	ポテトサラダのクラムチャウダー
調理のポイント	作り過ぎや余った料理をリメイクすることで、美味しい料理に変身させ食品ロスを減らすことができます。オリーブオイルを用いることでコクが出てうま味が増しますが、加熱の際に焦げないように気をつけて弱火でじっくりと作ります。

### 【材料】

食材	分量 (2人分)
余ったポテトサラダ	100 g
あさり水煮缶	1缶 (130 g)
ベーコン(スライス)	5枚 (50 g)
しめじ	1/2株 (50 g)
牛乳	1カップ (200 g)
豆乳	1カップ (200 g)
オリーブオイル	大さじ1 (12 g)
黒コショウ	ひとつり

### 【作り方】

①	あさり缶は、身と煮汁に分けておく。
②	鍋にオリーブオイルをひき、ポテトサラダとしめじとベーコンを加え弱火で軽く炒める。
③	あさりの煮汁、牛乳、豆乳を加え弱火でゆっくりと煮る。
④	あさりの身を加えて軽く煮たら、器に注ぐ。黒コショウをふりかける。

### 【写真】



### 【栄養価】

1人分			
エネルギー	:	474	kcal
たんぱく質	:	17.7	g
脂質	:	33.4	g
食塩相当量	:	2.7	g