

Salvage Party®

# サルパウィークの手引き

サルパを開催するにあたって、方法や注意点を記載しています。参考にしてください。  
まだ主催者登録をされていない方は「主催者登録フォーム」より登録をお願いします。

主催者登録フォーム



# 01

## サルベージ・パーティ® とは？

賞味期限ギリギリのもの、買いすぎたもの、  
あまり使わないけどもらったものなど、  
家で持て余している食材はありませんか？

そんな困りものの食材も、  
シェフの力を借りたり、  
みんなでアイデアを出し合ったりすれば、  
おいしく生まれ変わります。

今度はこう使ってみよう、  
そもそもなぜ余らせてしまったのか、  
そんな風に考えられれば  
捨てる食材は減ります。

サルパの合言葉は  
「知る、やってみる、続ける」。  
サルパで食材の使い方や  
余らせた理由について「知って」、  
実際に料理を「やってみて」、  
家に帰っても「続ける」。

楽しみながらフードロスに  
取り組むきっかけをつくっています。

※フードロス

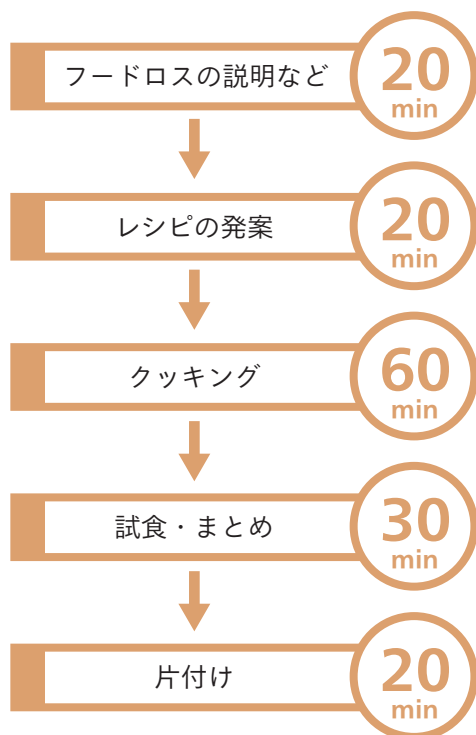
人が食べるためにつくられた食料が、  
失われたりすてられたりしてしまうこと

# 02

## 日時

2019年10月14日（月）～20日（日）のサルパウィーク中ならいつでもOK。  
レシピ発案や調理時間を考えると2～3時間で開くのが一般的です。  
参加者の集まりやすい時間帯で設定すると良いでしょう。

### タイムスケジュールの例



合計 2 時間 30 分

# 場所

キッチン付きのレンタルスペース、ご自宅や飲食店、公民館や学校など、どんな場所でもアイデア次第で開けます。場所を選ぶ際には、どんなアイテムがあるか確認しましょう。規模は10～30名程度がおすすめです。

フードサルベージとコラボしているスペースマーケットでは、サルパにぴったりの会場を紹介しています。サルパ専用クーポンも配布中なので是非使ってみてください。

※「スペースマーケット」とは、あらゆるスペースを簡単にネットやアプリで1時間単位から貸し借り出来るマーケットプレイスです。↑↑↑



### あると便利なアイテム

- ガスコンロ
  - 洗い場
  - 基本的な調理器具
  - 食器類
  - 調理と食事のスペース
- ※これらは共用でOKです。



# スタイルの決定

# 04

サルパにはいろいろなスタイルがあります。  
みんなでメニューを考えて料理したり、  
シェフが考えたメニューを参加者が料理したり、  
シェフが参加者の前でライブクッキングをしたり…。  
シェフや料理が得意な人が  
いなくても楽しめます。

また、料理の際に、  
何かしらのルールやテーマを設けても  
おもしろいかもしれません。  
料理1品につき必ず缶詰を1種類使う、  
みんなで持ち寄った食材に加えて  
地元産の食材を使う、  
サラダ・スープ・メイン・デザートを  
作ってコース風にする、など。  
もちろん何のしぼりもなく  
自由に料理するのもOKです。

今までに全国のみなさんが送ってくれた、  
サルベージ・パーティのレポートも  
参考にしてみてください。

レポートはこちら→



# 当日までの準備

参加者募集掲載フォーム



## 参加者の募集

参加者の募集は、主催者自身の情報発信に加えて、サルベージ・パーティのHPにも掲載することができます。  
10/1(火)12:00までに、「参加者募集掲載フォーム」の記入をお願いします。  
たくさん参加者を集め、サルパウィークを盛り上げましょう。

## 参加者に伝えること

- 日時や場所など基本的な開催情報。
- 持参するのは「もてあましている食材1品」。
- 参加者が料理する場合は、エプロンなども持参。
- 食材の数は1人1品がちょうど良い量です。
- アレルギーのある方は伝えてもらいましょう。
- 使わなかった食材、できた料理を持ち帰る容器を持参してもらうのも、良い方法です。

## オススメしない食材

- 賞味期限、消費期限の過ぎているもの
- 個人が手作りの食品
- 開封済みの加工品
- 保存方法が適切でない食品
- 基本調味料（主催者が準備する場合）
- わざわざ購入したもの

たとえば、賞味期限が過ぎていても食べられるものはあります。上記の食材を持参しても良いかどうかは、主催者の自己責任のもと判断しましょう。

## 主催者が用意すると良いアイテム

- 基礎調味料（塩、醤油、砂糖、みりん、油など）
- 家庭でよく使う肉や魚の生鮮品

肉や魚は参加者があまり持参しない食材です。料理を充実させるために、余らせない範囲で準備しても良いと思います。

# 05

# 当日の流れ

受付開始 → 説明 → レシピ発案 → クッキング → 試食 → まとめ → 片付け

START!!

## 受付開始

参加者から  
食材を受け取りましょう。  
シェフがいる場合は、  
この段階でつくるメニューを  
考えてもらいます。



## 説明

サルパの流れや、  
フードロスについて説明します。  
フードロスについての説明は  
自由に使える資料を用意しています。  
主催者の方に個別にお送りします。

## レシピ発案

みんなで料理する場合は、  
集まった食材から  
レシピを考えてみましょう。  
食材の使い方、味付けなどに  
正解はありません。  
失敗をおそれず、  
チャレンジしてみましょう。



## クッキング

レシピが決まったら、  
みんなで料理をしましょう。  
ただし料理の作りすぎには要注意！  
食材を無理やり使い切らなくても良いです。  
できあがりの量を想像しながら料理することは、  
「食べ残し」しないために大事なことです。

### レシピ発案のヒント

- 食材の形を変えてみる。  
(例：焼きそばを丸めて団子に)
- 加工食品を味付けに  
(例：レトルトカレーを調味料に)
- 味の固定観念を捨ててみる  
(例：切り干し大根を洋風の味付けに)
- 組み合わせの妙にチャレンジ  
(例：ゼリーをサラダの具材に)



## まとめ

参加者に感想を聞いてみましょう。  
シェフがいるときは、  
参加者からの質問を受け付けたり、  
各メニューのポイントを  
説明したりしてもらいます。



## 試食

料理ができたら温かいうちに、  
揃ってみんなで「いただきます！」。  
グループに分かれているときは、  
ほかのグループの料理も  
試食してみましょう。

できあがった料理を撮影して、  
#サルパウィーク  
#サルベージクッキング  
をつけて SNS へ投稿しよう！

GOAL!!

## 片付け

使わなかった食材は  
自己責任で  
持ち帰りましょう。  
ゴミは各自治体のルールで  
正しく分別しましょう。

# 開催後レポート

2019/10/14-20 サルパウィーク中、全国各地でどんなサルパが開催されたのかを、  
サルベージ・パーティの HP で紹介したいと思います。

「開催後レポート」をダウンロードし、  
集まった食材や、作った料理、開催した感想などを記入してください。

また、食材や調理風景、できあがった料理、参加者のみなさんの笑顔など、  
サルパの様子がわかる写真もお送りください。

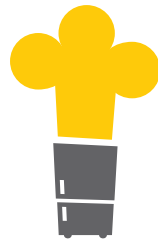
写真は明るい場所で「横向き」で撮影してください

※希望サイズ 975×650px 以上の高画質のデータ

開催後レポート



どちらも開催後 1 週間以内に salpaweeek@foodsalsalve.or.jp までお送りください。



*Salvage Party*<sup>®</sup>

企画・運営

サルパウィーク実行委員会

問い合わせ先

[salpaweek@foodsalvage.or.jp](mailto:salpaweek@foodsalvage.or.jp)

サルパウィーク実行委員会宛

「サルベージ・パーティ<sup>®</sup>」は登録商標です。