

# みつばちNews Letter

～純粋蜂蜜 国産百花蜜編～

4月号 vol.24

いつもお世話になりありがとうございます。

杉養蜂園の商品情報やお客様のお声を定期的に発信させていただきます。

お役立ていただけましたら幸いです。



## 杉養蜂園の純粋はちみつ 国産百花蜜



杉養蜂園の国産はちみつは、自社養蜂にて採蜜しています。

百花蜜はその名のごとく、あらゆる花々が咲く草原で採取されたはちみつで、深みのある甘さと味わいが特徴です。

自然のままの純粋はちみつを是非お楽しみください。

## 自然なままの純粋はちみつの特徴

### ① 色や味が異なります。

採蜜する地域や時期、天候などにより色や味が異なる場合もあります。同じ種類のはちみつでも、採れた時期で変わることもあります。

### ② 驚異の健康パワー

- ・ 単糖類なので短時間で吸収され、エネルギーに代わりやすい。
- ・ 豊富な栄養素をバランスよく含んでいます。
- ・ 同量の砂糖に比べ低カロリー。



100gあたり384kcal



100gあたり294kcal

ビタミン

ミネラル

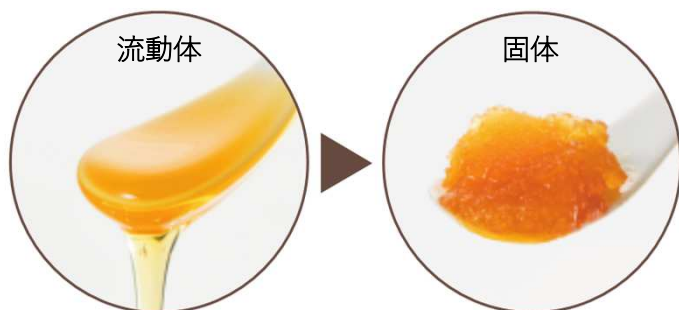
アミノ酸

酵素

## 自然なままの純粋はちみつの特徴

③ 結晶する性質がありますが、品質は変わらず美味しくお召し上がりいただけます。

■ 結晶とは、  
流動体から固体へと変化することです。



\* 結晶には様々な状態があります。  
・ザラザラ ・つぶつぶ ・クリーミー ・固まる等

■ 結晶の種類



ムラになっていく      沈殿していく      分離していく

\* 他にも様々な結晶の仕方があります。

■ 結晶したはちみつは、たれないのでのせやすく、様々な食感が楽しめます。

パンに塗って、ザクザクトーストに

チーズにのせて、オードブルに

クラッカーにのせて、おやつに

# 国産百花蜜を使った簡単レシピ

## はちみつバナナのフローズンヨーグルト



### ◎材料 (5~6人分)

- |                |      |             |
|----------------|------|-------------|
| ・バナナ           | 2本   | ・国産百貨蜜 大さじ4 |
| ・プレーンヨーグルト(無糖) | 400g | ※フリーザーバッグ   |

### 【作り方】

1. バナナの皮をむき、フリーザーバッグに入れつぶす
2. ヨーグルトと蜂蜜を入れ、よく揉みながら混ぜる
3. 冷凍庫で固まるまで凍らせる
4. フリーザーバッグのまま揉みほぐし、器に盛って完成

## スペアリブ



### ◎材料 (4人分)

- |             |      |                |      |
|-------------|------|----------------|------|
| ・豚スペアリブ     | 600g | ・にんにくすりおろし 【A】 | 1片   |
| ・コチュジャン 【A】 | 大さじ3 | ・はちみつ 【A】      | 大さじ3 |
| ・しょうゆ 【A】   | 大さじ2 |                |      |

### 【作り方】

1. 厚手のポリ袋にスペアリブを入れ、よく混ぜ合わせた【A】を加えて口を閉じ、全体になじむまで手でもむ。
2. 天板にオーブンシートを敷き、①をタレごとのせる。  
230℃に熱したオーブンで25~30分間焼く。