

みつばちNews Letter

～お酢編～

7月号 vol.29

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。





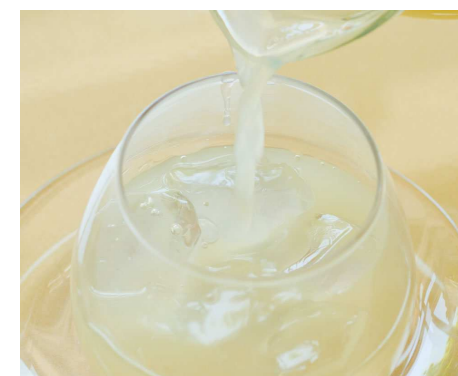
ローヤルビネガー&ハニー

(ローヤルゼリー含有はちみつとりんご酢)

りんごの搾り汁を原料とした芳醇な風味のりんご酢と杉養蜂園自慢のはちみつをブレンドした「はちみつとりんご酢」に、栄養の宝庫として名高いローヤルゼリーを加えました。毎日の健康習慣に、ぜひお役立てください。

《美味しい召し上がり方》

- ドレッシングとしてそのままお使いいただけます
- 牛乳で4から5倍に薄めるとヨーグルト風味に
- 水で4から5倍に薄め氷を浮かべて
- 焼酎、ウイスキーに入れて手づくりのカクテルに



ローヤルビネガー&ハニードリンク



はちみつとりんご酢

りんごの搾り汁を原料とした芳醇な風味のりんご酢と杉養蜂園自慢のはちみつを、

味わいにこだわり抜いたオリジナルの比率でブレンドしました。

ご家族の手軽な健康習慣にはもちろん、毎日のお料理にも大活躍します。

はちみつとお酢のドリンク

材料（1人分）

- ・ はちみつとりんご酢 20cc
- ・ 炭酸水 100cc
- ・ お好きな果物 適量
- ・ ミント、レモン 適量

作り方

- ① グラスに食べやすい大きさにカットした果物とはちみつとりんご酢を加える
- ② 炭酸水を加え、マドラーでサッと混ぜ、薄切りにしたレモンやミントを加える



はちみつとお酢で夏を乗り切る！相乗効果

高温多湿な夏は、室内外の激しい温度差も体を襲います。そんな過酷な状況に負けないためのキーワードは、健康力で知られる「はちみつ」と「お酢」。2つの足し算による効果を、夏に負けない体づくりにお役立ててください。

「お酢」と「はちみつ」は体内でアルカリ性になるため、健康維持に活躍します。

「はちみつ」も「お酢」も通常酸性ですが、いったん人間の体内に取り込まれると、身体の中をアルカリ性で中和してくれる働きがあります。健康維持の為にウォーキングやトレーニングなど運動を行っている方、日頃の疲れがなかなか取れないという方は、体が酸性になりやすいため、アルカリ性に中和する食品の「お酢」や「はちみつ」を食べて疲労回復にお役立ててください。



● お酢に含まれるうれしい成分

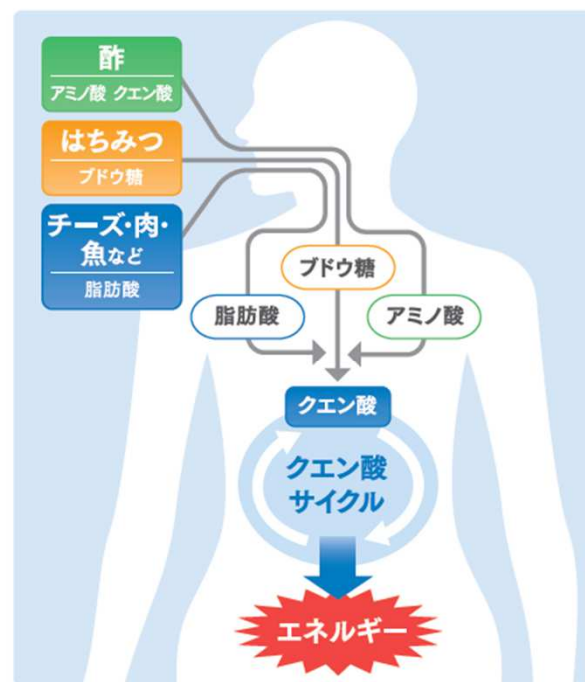
酢酸は脂肪の蓄積を抑えるダイエットサポートの働きがあります。

クエン酸は体内の脂肪をエネルギーに変えて消費する働きがあります。

アミノ酸は疲労回復のスピードを速めてくれる働きがあります。

クエン酸サイクルで夏バテ対策

私たちの身体は、「クエン酸サイクル」という仕組みでブドウ糖からエネルギーを作り出しています。クエン酸は生命活動に欠かせないエネルギーのために必要な成分といえるのです。



健康と美容の味方、お酢を毎日の習慣に

お酢を料理に取り入れましょう。

グッタリを感じる日は、料理にお酢をぜひ！
お酢は体のエネルギー源の1つであるグリコーゲンを効果的に再補充し、イキイキとした毎日をサポートします。
また、お酢を使った料理や飲み物をメニューに加えると、食後の数値上昇が穏やかになるといわれています。



お酢を継続して摂ることで体がスッキリ。 美容にも嬉しい女性の味方です。

お酢は、毎日継続的に摂ることで、
気になるポッコリに働きかけるといわれています。
さらに、豊富なアミノ酸はコラーゲンの原料になり、
お肌のハリや潤いがアップ！
シスチンという成分は、肌を美しく保つために欠かせない成分です。

