

蜜蜂通讯

～果汁蜜 芒果&蜂蜜篇～

非常感谢大家一直以来对杉养蜂园的爱护与照顾。
我们会定期给顾客发送客户反馈和产品信息，
以便能够继续使用。
我们希望能帮上忙。



芒果 & 蜂蜜

①阿方索芒果

芒果&蜂蜜使用了被称为水果王国印度产**芒果之王**的“阿方索芒果”果汁。

②预防生活习惯病

芒果中含有维生素a、β胡萝卜素、维生素c、钾、叶酸等对**预防生活习惯病**也有效果的成分。

③补充水分、补充钾

芒果被认为是适合补充水分、补充钾的水果，与能量转换快的蜂蜜葡萄糖相结合，**最适合预防夏季乏力**。



凉爽芒果&蜂蜜的享受方法！



轻松使用牛奶和吉利丁粉，
做成凉拌甜品。

使用芒果&蜂蜜的简单健康食谱 ♪



醋和芒果&蜂蜜饮料

◆材料 (1人份)

- | | |
|---------|-------|
| ・ 芒果&蜂蜜 | 1.5大勺 |
| ・ 蜂蜜醋 | 1大勺 |
| ・ 碳酸水 | 150cc |

◆制作方法

1. 芒果&蜂蜜和蜂蜜醋充分搅拌。
2. 在冷却后的玻璃杯中加入1, 再倒入碳酸水, 慢慢搅拌以防止跑气。



(※1) 蜂蜜醋



芒果&蜂蜜和蜂蜜柠檬的水果宾治

◆材料 (1人份)

- | | | | |
|----------|--------|-------------|-------|
| ・ 苹果 | ½个 | ・ 柠檬 | 適量 |
| ・ 猕猴桃 | 1个 | ・ 芒果&蜂蜜 【A】 | 30ml |
| ・ 香蕉 | 1根 | ・ 蜂蜜柠檬 【A】 | 30ml |
| ・ 柑橘(罐头) | 100g左右 | ・ 碳酸水 【A】 | 300ml |
| ・ 樱桃(罐头) | 适量 | | |

※根据个人的喜爱, 随意挑选水果和果汁蜜

◆制作方法

1. 洗净苹果和柠檬, 带皮切成扇状。猕猴桃和香蕉去皮切成一口大小。
2. 将罐装柑橘和樱桃的汁液沥干。
3. 将【A】加入碗中并混合, 然后再加入1和2并充分混合。
4. 倒入碳酸水, 充分冷却后完成。