

蜜蜂通訊

～果汁蜜 紅桑子&蜂蜜篇～

非常感謝大家一直以來對杉養蜂園的愛護與照顧。

我們會定期給顧客發送客戶反饋和產品信息，

以便能夠繼續使用。我們希望能幫上忙。



覆盆子的關注成分

① 覆盆子酮

覆盆子的香味中含有一種叫做覆盆酮的成分，被認為具有燃燒脂肪的效果。覆盆酮與辣椒中含有的辣椒素相似，據說其效果約為辣椒素的3倍。



② 多酚和維生素E

覆盆子具有非常高的抗氧化作用。可以期待預防生活習慣病和抗衰老的效果。



使用芒果&蜂蜜的食譜



覆盆子 & 蜂蜜玻璃杯芝士蛋糕

◆材料（6個180毫升的玻璃杯）

• 奧利奧餅乾（面料）	8片
• 奶油乾酪	200g
• 純酸奶（無脂肪）	200g
• 純蜂蜜（覆盆子 & 蜂蜜 也可以代替）	60g
• 吉利丁粉	5g
• 檸檬汁	1小勺
• 香草香精	少許
• 覆盆子 & 蜂蜜	適量

◆製作方法

- 1.在保存袋裡放入奧利奧後，抽出空氣封口，用擀麵杖等將其粉碎。
- 2.將奶油乾酪用微波爐加熱軟化。然後在碗裡放入奶油乾酪，用打蛋器攪拌至光滑。
- 3.依次加入蜂蜜、酸奶、檸檬汁、香草香精、溶解的吉利丁液，每次攪拌均勻之後，用過濾器(或網眼較細的篩子)過濾。
- 4.在玻璃杯中按照奧利奧、覆盆子 & 蜂蜜（分量外）、3的順序倒入。
- 5.在冰箱裡好好冷卻。
- 6.最後根據自己的喜好澆上覆盆子 & 蜂蜜就完成了！