

Newsletter

Vol.62

2013.7.29

株式会社 持丸食品 東京都大田区仲池上 2-27-3 tel03-3755-3101 Fax03-3755-3105

トマトは元気を運ぶ
紫外線の強い季節にもピッタリな
サプリ野菜です



トマトの赤い色素成分リコピン。その抗酸化力はβカロチンの2倍以上、ビタミンEの100倍以上とも言われています。トマトを食べると糖尿病や大腸がんの発症リスクが下がるという研究もありますが、うれしいことに、美白作用やシワ・たるみから肌を守るといった美肌作用も確認されつつあるのです！ビタミンも豊富な健康野菜です。



¥



小蜜姫(千葉)

小さなラグビーボール型のトマト。プチッとした食感と、そのあと口に広がる甘さ、ジューシーさが特徴です。非常に甘みが乗って、スイーツのような味わいです。

オレンジエッグ・ミニトマト(千葉)

口に入れると、芳醇な風味と味わいに感動するミニトマトです。糖度が高く味の良さには定評があるプレミアムなトマトです。



¥



日本人は昔から海や農作物からの自然の栄養素でしっかりと体を整えてきました。海の子海藻類や陸の緑黄色野菜がそうですね。そのせいか不調を感じると本能的に緑のお野菜を好む傾向があるようです。特にこの時期胃腸を優しくガードするオクラや、食欲を増進させる効果のあるかぐら南蛮のカブサイシンなどが疲れた体を癒したり、食欲をサポートしてくれます。

疲れを感じると
なぜか青いお野菜が
食べたくなる

8角オクラ クリムソンスパインレス(千葉)

15センチ以上はあるジャンボサイズのオクラです。大きいですが皮は比較的柔らかく、シャキッとした歯ごたえが爽やかです。8角なので断面も花のように可愛らしい、その姿形もちよっとおしゃれなオクラです。

¥



¥

かぐら南蛮(新潟)

見た目はごつごつとしたピーマンのようですが、新潟県南魚沼を代表する伝統野菜です。品の良い辛みが口に広がり、シンプルに火を通していただいても非常に美味しい。この季節、人気の野菜です。