

栄養について

「甘糍」は「飲む点滴」と言われるように、体のエネルギー源となるブドウ糖をはじめ、必須アミノ酸やパントテン酸、ビタミンB1、B2、B6、ビオチンなど必須ビタミン類が多く含まれています。また、米糍に由来する食物繊維やオリゴ糖も豊富です。

効果について

●夏バテに…

夏バテとは、暑さで食欲が減退し、エネルギーや栄養素が不足し、神経や筋肉の働きが鈍くなり、疲れやすくなっている状態のこと。栄養豊富な「甘糍」が、不足がちな栄養を補給します。

●胃腸に…

冷房のあたりすぎで、胃腸の働きが弱くなったときは、米糍の整腸作用がお腹の調子を良くします。



<http://giheimiso.jp>

甘糍

近江米100% アルコール0%
無加糖・無添加 糖度50°

おうちで楽しむ
甘糍レシピ



甘糙

ama kouji recipe
レシピ



Hot

まずは、定番 あったか甘酒

- 甘糙の量に対して、
約2~3倍のお湯を沸かし、甘糙を入れます。
- 弱火で焦げ付かないように混ぜ、
糙が浮いてきたら塩を適量入れます。
※お好みに生姜や砂糖を加えてください。

夏バテに 冷やしミルク甘酒

- 甘糙の量に対して、
約1.5~2倍のお湯で
甘糙を溶かします。
- お好みの甘さになるように
冷たい牛乳を入れます。
※氷を入れる場合は
濃いめに作ってください。

Cold



アレンジ レシピ

自然の「甘み」を活用

Sweets

なめらかな口当たり

甘酒杏仁プリン

<100mlカップ5個分>

材料 甘糙…250g
水……250ml
杏仁パウダー…大さじ2
粉寒天…小さじ1

- 鍋に材料を全て入れ、
火にかけてじっくりと煮溶かします。
- 溶けたら容器に注ぎ入れ、
冷蔵庫で冷やし固めます。

お好みに、生クリームや
フルーツジュレをかける
違った風味も楽しめます。

