

第3弾

新技術米

金芽米



おかげさまで売れてます！

ありがとうございます

胚芽の良さは生かしつつ、白米と同じ口当たりで、白米にはない甘みとコクがあるお米です！

金芽米 Q&A コーナー

Q 「金芽」って何ですか？

A 金芽 胚芽の栄養成分がギュッと詰まっているところ(胚芽の基底部)うまみ層も残っています。

Q 白米と比較して、金芽米は栄養面ではどれくらいの栄養素があるのですか？

A ビタミンB1に関しては白米の約2倍
ビタミンEは約2～2.5倍
食物センイは約1.5倍
オリゴ糖は約1.6～2倍

健康を考えるなら金芽米！ですね。

Q 金芽米も無洗米ですが、BG米と炊き方に違いがありますか？

A BG米と同様です。無洗米は普通精米より、少し多めの水加減がポイントです。



● お米は平らに！

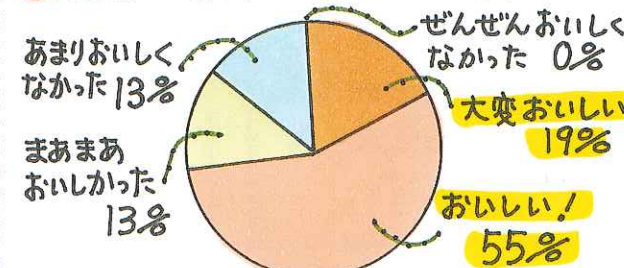
※ 炊飯器の目盛りを目安に炊いてあとはお好みで調整して、おいしく炊いてくださいね。

BGカップを使うと便利です！

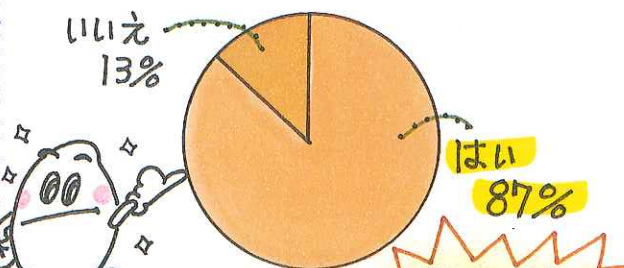
金芽米 試食アンケート結果

発表します！ 多くの方々にご協力いただいた金芽米の試食アンケートは下記のとおりです。

Q 金芽米を食べて、いかがでしたか？



Q 今後、金芽米を買ってみたいですか？



貴重なご意見ありがとうございます！

- その他のご意見
- 栄養があるので買いたい
 - よりおいしく食べられるよう炊き方をいろいろ工夫したい
 - 無洗米は便利でよい。などなど

健康を考える！

ごはんを主食にして生活習慣病を予防しましょう！



一日のスタート、朝食はごはんから活動開始!!

「予防医学」に力を入れるアメリカでは、全エネルギーの約6割は穀物でとることを国民に勧め、糖尿病や、心臓病の患者が減りつつあるそうです。

生活習慣病を防ぐ簡単な心がけ

1. 一日3食、ごはん食を中心に！
2. 栄養のバランスを考え、脂質を取りすぎない。メニュー作りを工夫する。
3. 暴飲暴食、喫煙、夜更かしをつつしむ。
4. よく歩き、積極的に体を動かす。
5. ストレスをためない。

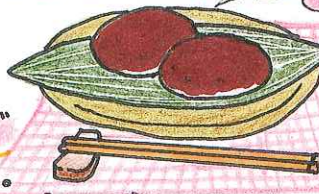


とがげずに炊けるBGもち米

春のお彼岸には

ぼたもち!

春に咲く牡丹の花から、春はぼたもち。秋の花のはぎから、秋はおはぎともいわれているそうです。



炊飯器でもおいしくできますよ！



スタートの春

お祝いメニューにBGもち米が大活躍!



もち米を常備しておく、ぼたもち、お赤飯、おこわなど、メニューもいろいろひろがりますよ。

※ 手間いらずお赤飯で作る桜もちのレシピも裏面で案内しています。

今月のおすすめ商品

「手間いらずシリーズ」から
じゃこおこわ米

BG米

とがげずにそのまま炊けるBG米!

「鹿児島産」のちりめんを使用しています。

3月上旬販売



海の恵みをまるごとたっぷり!!
丈夫な骨をつくるカルシウムをたっぷり含むちりめんじゃこをふくらおこわに!

カルシウムの1日当たりの所要量(成人)〜

600mg

1日分はこのくらい

