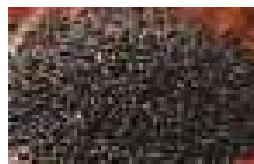


米粉+小麦粉で美味しいシフォンケーキができました

もっちり、しっとり、クセになる味!

くろまい
吉田さんちの黒米シフォン

全国・米食味分析鑑定コンクール金賞受賞の
滋賀/虎姫・吉田農園さんの減農薬米粉使用



黒米ってどんなお米?

黒米は 稲の先祖の品種で古代から食べられているお米(もち米)です。
中国の宮廷では縁起の良い「出世米」として歴代皇帝に食べられていた
そうです。

たんぱく質やビタミン、ミネラル等がバランス良く多く含まれているので
滋養強壮、虚弱体質改善、胃腸の働きを改善したり、造血作用があり
頭の働きも良くなるといわれています。

特に黒米の色素「アントシアニン」は抗酸化作用があって、身体が酸化
するのを防いでくれます

黒米に多く含まれている栄養素
ビタミンB1…エネルギーを作り出す。ストレスの緩和。

目の疲れに。
ビタミンB2… 老化防止。過酸化脂質を分解。
妊娠中活発になる代謝を助ける。

ビタミンE…身体の酸化を防ぐ。
貧血、心筋梗塞、脳卒中などの予防。
ナイアシン…血液中のコレステロールを減らす。
お酒を飲む方に不足しがち。

鉄…貧血予防。
亜鉛…体内の酵素が活性化するために必要。
カルシウム…骨や歯の発育。
アントシアニン…血管を保護して動脈硬化を予防する
効果があるそうです。
鉄分、各種ビタミン・ミネラルはシミ・ソバカスの改善、
造血作用や胃腸の働きを助けてくれます。

米粉のお問い合わせ先は…

吉田農園

滋賀県東浅井郡虎姫町三川1883

TEL:0749-73-2746

FAX:0749-73-2917

<http://www.yof21.com/>

手作りシフォンケーキママの手

TEL:0748-74-2987

FAX:0748-74-2987

手作りシフォンケーキ

ママの手



<http://www.mamanote.com/>