

発酵のチカラ

玄米が体にいいのは分かっているけれど…。多くの人々が玄米食を途中でやめてしまう理由のひとつが「白米に劣る味」。実はその解決策のカギとなるのが、味噌・納豆・漬物など、日本古来の食卓文化でもある「発酵」という方法。

発酵は食物中のうまみ成分を倍増し、味をよくする働きがあります。しかし、発酵の素晴らしい点は、美味しさだけではなく、腸の中の善玉菌を増やし、加齢によって増える悪玉菌を排除する役割がある「乳酸菌」をたくさん生み出す点です。そんな発酵を日本人の主食であるお米の中で育み、健康パワーを増大させたのが、発酵玄米です。乳酸菌の含有量は玄米の約10万倍にもなります。

乳酸菌の意外な話

発酵玄米中の乳酸菌は炊飯の熱によって死んでしまいがちですが、この「死菌」は、人の腸内に生息している「自己乳酸菌」の餌になります。そして自己乳酸菌は食物で外から摂取する乳酸菌よりもはるかに性能がよいことが分かっています。発酵玄米は「その人由来の乳酸菌」を無理なく増やす、理想的な食品なのです。



ビタミン
ミネラル
食物繊維

植物性
乳酸菌
旨み成分
GABA

主食で
おいしく

植物性
乳酸菌

普通の玄米の
10万倍！！

さいが
催芽
玄米

×

発酵

=



500g入り
3,700円
(税込3,996円)

栄養成分表示 (100g あたり)

エネルギー	369kcal
たんぱく質	6.1g
脂質	3.1g
炭水化物	78.9g
食塩相当量	0.01g

■名称 発酵発芽玄米
■原材料名 玄米（国内産）
■内容量 500g
■販売者 株式会社ニュー・サイエンス
京都市中京区金座通三条上る突抜町 809 番地

お米に
ささっと！

混ぜ

ぜるだけ！

発酵玄米

スーパーやまだGEN気

公式 YouTube
NU チャンネル



配信中