

第46号7月は神谷が担当します。東京オリンピックのチケットを申し込みましたが、やはりというか、残念ながらすべて落選してしまいました。日本でオリンピックをすることは当分ないかと思います。チケットが当選し、観戦される方は本当にうらやましい限りです。

<酷暑を乗り切るおすすめドリンク>

年々、日本の夏が厳しさを増していると思うのは年齢のせいだけでは無いかと思います。大阪も梅雨があけると夏本番といったところでしょうか？「今年の夏は平年より、、、」とアナウンサーの声が聞こえてくると無意識に耳を塞いでしまいます。しかし今年はその酷暑を乗り切るおすすめのドリンクを発見したのでお伝えしたいと思います。

さっそくですがそのドリンクは『甘酒』です。甘酒といえば、冬の温かい飲み物のイメージで、あとは七夕のときに口にするくらいでしょうか。しかし甘酒の起源は古く、『日本書紀』に天甜酒(あまのたむぎ)という記述がありこれが起源だといわれています。平安時代では夏になると貴族が冷やした甘酒を楽しみ、江戸時代には甘酒売りが登場し庶民にも親しまれるようになったそうです。ちなみに俳句においては夏の季語として甘酒が使われ、もともと夏の飲み物として広く飲まれていたようです。

現代では、『飲む点滴』と呼ばれ、栄養価の高い飲み物として再び注目を浴びています。



オススメの八海山の『麹だけでつくったあまさけ』

・甘酒の種類…実は甘酒は一般的に二種類存在しています。一つは酒粕を原料にしたものともう一つは米麴を原料にしたものになります。大きな違いといえば酒粕由来のものはアルコール分が含まれており、米麴のものは米麴が発酵しアルコール分を発生する前に完成させるのでアルコール分は含まれず、子供から妊婦さんまで飲むことができます。

・甘酒の成分…主な成分はブドウ糖になりますが、麴菌の発酵によりビタミンや多くの酵素を生み出しそれらの酵素が体内のエネルギーを効率的に変換し吸収を促します。しかし注意点として、甘酒は糖質量が多いため血糖値の急上昇を招くため血糖コントロールが必要な方はお気をつけください。また、温めすぎると甘酒に含まれるの麴菌や酵素が死滅してしまいます。

・甘酒を選ぶときのポイント…原料は国産米を使っているか？輸入米には保存料や、添加物が入っている可能性があります。砂糖が入っているか？一般的に(特に酒粕甘酒)は砂糖が入っていることが多いです。好みにもなりますが甘酒の持つ自然な甘みがありますので砂糖の取りすぎに注意しましょう。

一時のブームもあり最近では無添加、保存料を使用していない米麴の甘酒をスーパーなどでよく見かけるようになりました。子供のころの甘酒といえば赤い缶に入った酒粕甘酒しかきおくにありませんが、大人になった今では甘すぎるので個人的には米麴の甘酒がオススメです。もちろん氷を入れて冷やして飲んでみてください。

<INTERMOLD 金型展 2019 名古屋にご来場いただきありがとうございます！>

開催中はお客様各位にはご迷惑をお掛けしましたが、無事終了することが出来ました。また多くの方にご来場いただきありがとうございます。

株式会社 IS DESIGN アイエス通信編集部 発行日 2019年07月16日 発行人 池田英樹

〒581-0816 大阪府八尾市佐堂町2丁目3-15 久宝ビル301 TEL:072-929-1336 FAX:072-929-1338

Email:h.ikeda@is-design.net URL: <http://www.is-design.net>

Copyright (c) 2014 株式会社 IS DESIGN all rights reserved