



新ジャム

パンにも菌のパワーを！ おいしい「発酵ジャム」でキレイに



塩麹のブームで、和の印象が強かった発酵食品。いまやパン食にも広がり、酒かすや乳酸菌で野菜や果物を発酵させた「発酵ジャム」が続々と登場です。

「発酵食品＝和食と限定せず、もっと手軽に日々の食生活に取り入れられる方法として、パンに塗る『糀ジャム』を開発しました。お米の糖化で生まれた、砂糖を使わない自然な甘みが人気です」と話すのは、マルコメの広報・松井久仁子さん。

発酵ジャムと普通のジャムとの大きな違いは、発酵により酸味が抑えられ、やさしい甘みがでるので、その分、砂糖を少なくできること。カロリーが抑えられるものもあり、ダイエット中の人にもぴったり。

また、野菜や果物の発酵ジャムは加熱加工されますが、殺菌後も、善玉菌を増やす「プロバイオティクス」として腸に良い作用があることがわかっています。

発酵食品が“パンの友”として、食卓で活躍してくれそう。

A キャラメル風味とほんのり麴の香り

甘酒ジャム キャラメルクリーム
140g/¥525 (編集部調べ)

酒かすのクセを抑え、ほんのりと麴が香るジャム。コクのあるキャラメル味で、パンに塗るだけでなく、紅茶やココアに溶かせば、優しい味わいのホットドリンクに。／しいの食品

B 砂糖なしでも菌の力で自然な甘さに

プラス糀
糀ジャム
150g/¥498 (編集部調べ)

コウジ菌で米を糖化させ、砂糖を加えずに作ったジャム。いつものパンも、ほのかな糀の香りと、やさしい甘みで新しい味に変身します。砂糖の代わりに、料理や飲み物にもオススメ。／マルコメ

C にんじん本来の甘みと色が生きたジャム

発酵ジャム にんじん
155g/¥390

加熱時間が従来の1/10の独自製法で、素材の香りや色をキープ。植物性乳酸菌の働きで、ナチュラルで上品な味わいに。にんじんの他、いちご、りんご、ブルーベリーも。／デイリーフーズ

D ブルーベリー特有の酸味がまろやかに変化

ベターホームの植物性乳酸菌
発酵ジャムブルーベリー
205g/¥735 (編集部調べ)

ワインの熟成にヒントを得て、植物性乳酸菌で発酵させたジャム。まろやかな甘酸っぱさで食べやすく、酸味が苦手な人にもオススメ。保存料、着色料、香料不使用。／ベターホーム協会

問い合わせ先/しいの食品お客様相談室 ☎0120-48-5641 デイリーフーズ ☎0120-910-438 ベターホーム協会 ☎03-3407-0471 マルコメお客様係 ☎026-226-7454



天体観測

「金環日食」まであともう少し！ あなたも「宙ガール」になりませんか

鉄道ファンの“鉄子”が増えているように、天体観測にも近頃、女子の進出が目覚ましいとか。星空観察イベントには、20～60代と幅広い年代の「宙ガール」が集まっているのです。

「小惑星探査機『はやぶさ』の快挙や、ママさん宇宙飛行士・山崎直子さんの活躍など、宇宙に関するワクワクする話題が続いたことが影響しているようです。ただ星空を眺めるだけでも、心がゆったりしてストレスが癒やされる、と人気ですよ」と言うのは、総合光学機器メーカー、ビクセンの岩城

朱香さん。

イベントでは見つけにくい星座の探し方や、見やすい場所など観測のコツを教えてください。

「本格的な天体望遠鏡でなくても、双眼鏡でも見られるんですよ。倍率が8倍前後あれば、月面のデコボコや星の色がわかります。これから夏にかけては、『すばる』と呼ばれるプレアデス星団や天の川がキレイです」

話題の「金環日食」には、天体ファンならずとも注目。あわただしき毎日の息抜きに、あなたも“宙ガール”になってみては。

↓野外音楽フェス「朝霧JAM」で行われた星空観察会。ビクセンでは、季節に応じたさまざまな星空観察イベントを開催。詳しくは <http://www.vixen.co.jp/soragirl/index.htm> をチェックして。



世界中が注目する天体ショー！ 珍しい「金環日食」が 5月21日に

「金環日食」とは、月が太陽の手前を横切り、太陽がリング状に見える現象。5月21日(月)朝、鹿児島では7時20分頃、大阪や東京では7時30分頃から始まる。これほど日本の広範囲で観測できるのは、平安時代以来だとか！ その他の地域でも部分日食が見られる。

目を守るためには必須！ 日食観測グッズ



太陽光線は強いので双眼鏡は厳禁。目を傷めないよう、必ず専用グッズの用意を。有害な光を安全なレベルまでカットする日食グラスがオススメ。日食グラス(ガイド付) ¥1,500 (編集部調べ) / ビクセン

問い合わせ先 / ビクセン ☎04-2969-0222