



エーコープ 手作りつくだ煮

いつでも簡単に作れて便利！

3つのポイント

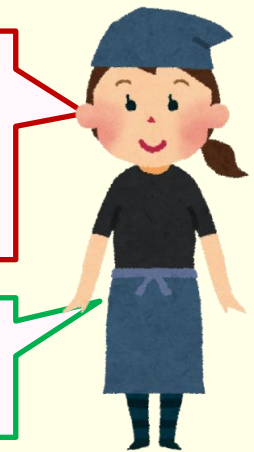
内容量: 100g



1. 本品に入っている材料を混ぜ合わせるだけ。
火を使って炊かなくても、手軽につくだ煮が作れます。

2. 高タンパクなかつお削りぶし、風味豊かな白ごま、カルシウムたっぷりのいりこと小えび、化学調味料不使用の塩昆布、砂糖・醤油・みりん・お酢のみから作った調味液がセットになっています。

3. 日本人にとって不足しがちのカルシウムをおいしく摂取することができます。



市販品は・・・

市販品の調味液は、みりんの代わりに発酵調味料を使用しているものが多くあり、発酵調味料は塩分を含むので、塩分過多になりやすいです。

手作りつくだ煮に含まれているかつお節の特徴

かつお節は70%以上がタンパク質です。

かつお節のタンパク質には、体内で作ることができない必須アミノ酸全9種類がバランスよく含まれています。

かつお節は和食の要となる「だし」のひとつです。

古くから日本の文化に根付き、縁起物としても重宝されてきました。

高タンパク・低脂肪であることや、減塩にも繋がる健康食品であるといえます。