

砂糖の代わりに使いたい「甘味料」

ヘルスコンシャスな
Natural House

今では珍しい、花を求めて全国を回る、転地養蜂で採蜜しました。旬の花から集めたハチミツ。



蜜蜂たちが、旬の花から採蜜するため、季節によって味わいが変わるのも自然ならではの。百花蜂蜜(500g) ¥1,943/ナチュラルハウス



無添加の砂糖に水を使ったりキッドタイプ。さとうきび本来の風味やコクが残ったおいしさ。



沖縄県産のさとうきびと、北海道産の甜菜グラニュー糖を使用。すっきりとした後味。AQUA 01(265g) ¥1,250、(140g) ¥750/竹内商店

Oisix
おいしく

「天使の挑発」と呼ばれているほど、ハチミツ愛好家から称賛されています。



タスマニアに生育している、希少なレザーウッドから採れたもの。タスマニアはちみつ(200g) ¥1,050/オイスックス



ハチミツは花によって味わいが違うもの。“生”のハチミツを食べ比べてみてください。



みかんの花、春花、夏花それぞれを堪能できるセット。非加熱・無添加の天然はちみつ3種セット(120g×3個) ¥3,150/完熟屋

これもオススメ!



砂糖、保存料不使用の、低GIアガベシロップのジャム。有機アガベジャム ストロベリー(140g) ¥680/アイデアプロモーション

ブルーアガベの株の部分を絞って作られたもの。有機ブルーアガベシロップ(275g) ¥1,260/アイデアプロモーション



GI値が低く、穏やかに血糖値をあげてくれることから、理想的な甘味料といわれています。



加熱処理は48°C以下。自然なコクと深みある甘みで、後味もすっきり。有機アガベシロップ ローダーク(330g) ¥980/アイデアプロモーション

ヘルスコンシャスな
Natural House

主張しすぎない甘さなので、どんな料理にも使えるマルチさが魅力的です。



砂糖大根(甜菜)で作られ、ビフィズス菌を活発にするオリゴ糖が含まれている。上品な甘さ。甜菜含蜜糖(500g) ¥399/ナチュラルハウス

チェックしておきたい「そのほかの調味料」

これもオススメ!



(右から)ごまの旨みを凝縮。太白胡麻油(450g) ¥840/竹本油脂。長期熟成させている。新潟コシヒカリの塩こうじ(330g) ¥480/はらじゅく畑



麹と吟醸しょうゆからできています。肉や魚を漬け込むと柔らかくなって美味。



麹菌の作る酵素の力でできたもの。しょうゆの代わりに使うと、旨みと甘みがプラスされる。生花しょうゆ糀(200g) オープン価格/マルコム



有機肥料で栽培した、紀州南高梅の梅酢を使用。まろやかですっきりした塩味です。



日本酒に梅干しと花がつおを入れて煮詰めた江戸伝統の調味料。質の良い梅酢を使って再現。煎酒(300ml) ¥630/銀座三河屋

ヘルスコンシャスな
Natural House

ノンオイルなので、野菜はもちろんですが、豆腐や魚介類にかけてもおいしいです。



油と砂糖を使わず、青じそとレモンの風味を引き出したヘルシードレッシング。青じそドレッシング(200ml) ¥483/ナチュラルハウス