

【ケールを美味しく楽しむ Vol.1】
紫外線が気になるこの季節におすすめ！
ケールスイーツ 簡単レシピ 3品ご紹介
 ～「ケール青汁（粉末タイプ）」を使用し、お手軽アレンジ～

スーパーフードとして注目されている“ケール”。そんなケールを日常の食卓に手軽に取り入れるには、粉末ケールがおすすめです。キューサイの「ケール青汁（粉末タイプ）」は、農薬・化学肥料を一切使用していない国産ケールだけを、原料の特性を壊さないように超低温で粉碎する「凍結粉碎製法」で、まるごと粉末状にしました。アレンジ次第で料理にも活用しやすく便利なおうえ、豊富な栄養素を手軽に摂ることができます。「青汁＝まずい」というイメージをお持ちの方もいらっしゃるかもしれませんが、あまりくせもなく、飲みやすくなっています。そんな「ケール青汁（粉末タイプ）」をより美味しく楽しんでいただけるレシピを、「ケール青汁」の製造・販売を開始し今年で 35 年目のキューサイ株式会社（本社：福岡県福岡市、代表取締役社長：神戸聡）よりお届けします。

紫外線が気になる季節におすすめ！ケールスイーツレシピ

ゴールデンウィークなど行楽シーズンが到来し、同時に紫外線が気になり始めるこの季節。栄養豊富なキューサイのケール青汁(粉末タイプ)にビタミンたっぷりの食材をプラスしたアレンジレシピなどをご紹介します。どれも簡単にできて、カラダに優しく見た目にも楽しいスイーツメニューです。ぜひお試しください。



彩り鮮やか！ケール白玉のフルーツポンチ

ビタミン豊富で、色鮮やかなフルーツをたっぷり加えて、見た目も華やかに。パーティーなどにもおすすめです。

【材料】約 3 人分

キューサイのケール青汁(粉末タイプ) 小さじ 1

白玉粉 1/2 カップ

水 1/3 カップ

キウイ・イチゴ・パイナップル 各適量

ソーダ水 適量

レモン汁 1/2 個



【作り方】

1. 白玉粉とキューサイのケール青汁(粉末タイプ)に水を少しずつ注いでこね、耳たぶくらいの固さにします。
2. 小さく丸めて中央をくぼませ、熱湯で浮き上がるまで茹で、水に移して冷まし水気を切っておきます。
3. 器に2とフルーツを入れ、ソーダ水、レモン汁を注ぎ完成です。



新緑グリーンのキラキラ爽やかケールゼリー

爽やかな2層のゼリーは、これからの季節にもぴったり。すっきりさっぱりお召し上がりいただけます。

【材料】カップ3個分

●ケールの層

キューサイのケール青汁(粉末タイプ) 小さじ2
 水 1と1/2 カップ
 寒天パウダー 2g
 砂糖 大さじ3

●クリア層

水 1と1/2 カップ
 寒天パウダー 2g
 砂糖 大さじ3
 みかんなどお好みのフルーツ 適量



【作り方】

1. (ケールの層)水に寒天パウダーを振り入れ、火にかけて混ぜながら弱火で煮溶かします。一旦火からおろして砂糖を加え、再度3~4分煮溶かして火からおろし、キューサイのケール青汁(粉末タイプ)を加えて混ぜ合わせます。
2. 粗熱を取って、器の半分には流し入れ冷やします。
3. (クリア層)1の要領で、透明の寒天を作り、粗熱を取って2に流し、みかんなどお好みのフルーツを盛りつけ冷蔵庫で冷やします。仕上げにエディブルフラワー(食用花)やミントなどを飾り付けるのもおすすめです。



彩りフルーツとケールクリーム添えホットケーキ

いつものホットケーキもグリーンクリームを添えると、ちょっとだけおしゃれに。

【材料】約 2 人分

●グリーンクリーム

キューサイのケール青汁(粉末タイプ) 大さじ 1

生クリーム 1/2 カップ

コアントロー・砂糖 各大さじ 1~2

バナナ・いちご 各適量

※コアントロー(リキュールの一種)は香りづけが目的のため、使用しなくても大丈夫です。



●ホットケーキ

ホットケーキミックス 1/2 袋

卵 1/2 個

牛乳 1/2 カップ

【作り方】

1. ホットケーキミックスに牛乳と卵を混ぜ合わせます。ホットプレートもしくはフライパンで小さめのホットケーキをふっくらと焼きます。
2. キューサイのケール青汁(粉末タイプ) とコアントローを混ぜ合わせ、ボウルに入れた生クリームに加えます。その後砂糖も加えてしっかり泡立てます。
3. ホットケーキ、グリーンクリーム、フルーツを盛り合わせます。最後にミントを飾るのもおすすめです。

「キューサイケールの公式 Instagram」にて他にも多くのレシピをご紹介します！



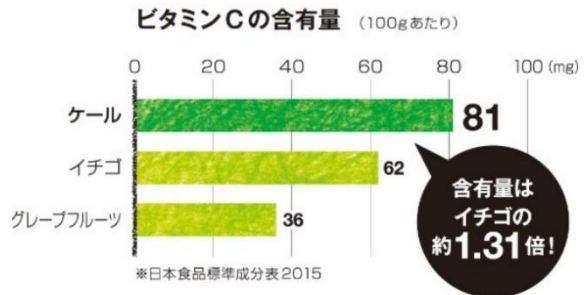
Instagram

https://www.instagram.com/kyusai_kale_official/

“ケール” プチ情報

ケールは、アブラナ科の一種で「キャベツ」や「ブロッコリー」などのご先祖様。

そんなケールにはビタミン C が豊富に含まれているため、紫外線が気になるこの季節におすすめの食材です。ビタミン類は体内ではほとんど合成されないため、食べ物から摂取することをおすすめします。



商品情報

商品名：キューサイのケール青汁(粉末タイプ)
 内容量：420g (約1ヵ月分)
 通常価格：6,480円(税抜6,000円)



キューサイ株式会社について

創業：1965年10月
 代表者：代表取締役社長 神戸 聡
 本社：福岡県福岡市中央区草香江1-7-16
 事業内容：ヘルスケア商品、スキンケア商品等の製造・販売

「健康と幸せ」を世の中に提供し持続可能な社会に貢献すること
 それがキューサイの使命です。



<本件に関する報道関係からのお問い合わせ先>

「キューサイのケール推進プロジェクト」広報事務局：鈴木、清原、廣瀬
 TEL:03-3568-3840 FAX:03-3568-3838 メール：hi-suzuki@pjbc.co.jp