

2017年12月20日

キューサイ株式会社



【ケールを美味しく楽しむ Vol.9】

キューサイのケール青汁アレンジレシピ



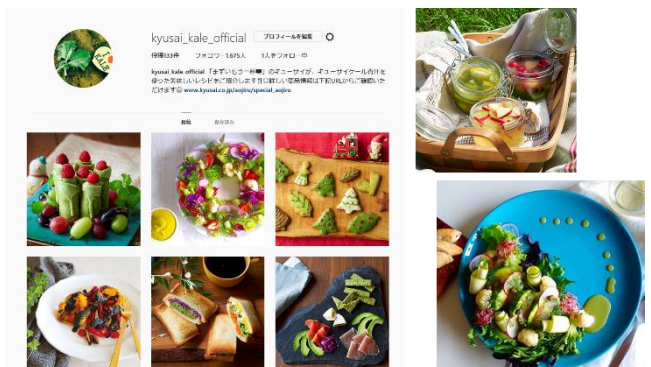
100品突破記念！人気レシピをご紹介します！

～「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。

ケール青汁アレンジレシピ！人気レシピ3品

2016年9月よりキューサイの公式Instagramのアカウント(kyusai_kale_official)にてキューサイのケール青汁(粉末タイプ)のアレンジレシピの紹介を開始し、遂に100品を突破しました！今回はその中で人気のケール青汁レシピ3品をご紹介します。どれも見た目も華やかでおいしく、簡単なレシピばかりです。年末年始に是非ご家庭でお試ください。



ケールとメロンの2層スムージー

今話題のフォトジェニックな“2層のスムージー”です。ケール青汁(粉末タイプ)のグリーンとメロンのオレンジがポップでかわいらしいと評判です。フルーツをグラスに飾る際は、はちみつを表面に少し付けると、上手に飾り付けができておすすめです。

【材料】2人分

●ケールドリンク

ケール青汁(粉末タイプ) 3.5g

バナナ 1/2本

ヨーグルト 50g

●メロンドリンク

メロン(赤肉のもの)1/4個



お好みでシロップ 少々

●お好みの飾り

バナナ(薄く輪切りにしたもの) 適量

はちみつ 適量

ミント 適量

【作り方】

1. メロンはあらかじめ凍らせておき、半解凍してからシロップを加え、ミキサーにかけます。
2. バナナとヨーグルトにケール青汁(粉末タイプ)を加えてミキサーにかけます。
3. グラスの内側にはちみつを付けたバナナを貼り付け、1 をグラスにそっと注ぎます。
4. 2 層になるように 2 をそっと注ぎ、ミントを飾って完成です。

※メロンドリンクの方が重いので、二層にするために先に 1 からグラスに注ぎましょう。



ケールパンケーキのパイナップル添え

ホットケーキミックスにケール青汁(粉末タイプ)を混ぜるだけで簡単なのに華やかなデザートに！ケールの風味とパイナップルの酸味が相性抜群の、見た目にも爽やかなレシピです。パンケーキの盛りつけやトッピングをアレンジすることで色々な味と色合いが楽しめます。



【材料】約 2 人分

ケール青汁(粉末タイプ) 7 g

パンケーキミックス 1 袋(150 g)

牛乳 1 カップ

カットパイナップル 100 g

生クリーム 1/2 カップ

砂糖大さじ 1/2

エディブルフラワー 適量

【作り方】

1. パンケーキミックスに牛乳に溶いたケール青汁(粉末タイプ)を加えて混ぜ合わせます。
2. フライパンまたは、ホットプレートでグリーンパンケーキを焼いて粗熱をとっておきます。
3. パイナップルは 2~3 cm幅、3 mmの厚さに切っておきます。生クリームは砂糖を加えて、固めに泡立てます。
4. パンケーキにクリームを塗って重ね、パイナップルとエディブルフラワーを飾って完成です。



こんなアレンジも！
お気に入りのトッピングを
探してみてください♪



ケール入り“つくね”と“ごはん”のお弁当

SNS で話題の「モザイク弁当」をケール青汁(粉末タイプ)で作りました。女性に嬉しい一口サイズにもかかわらず、栄養豊富なおかずを詰め込んだモザイク弁当。ケール青汁(粉末タイプ)は、いろいろなおかずにもアレンジ可能です。是非お試しください。



【材料】2人分

●ケール入りつくね

A(キューサイのケール青汁(粉末タイプ) 2g、鶏ミンチ 100g、玉ねぎ 1/8個、パン粉 大さじ 1/2、卵 1/2個、酒 小さじ 1)

甘栗 2~3個

サラダ油 適量

B(うすくち醤油 小さじ 1、みりん・砂糖 各大さじ 1/2)

●えびと枝豆の卵焼き

C(むきえび 5g、卵 2個、酒 大さじ 1、塩 少々、枝豆 30g)

サラダ油 適量

●ケール入りごはん

ごはん 1合

ケール青汁(粉末タイプ) 3.5g

酒 小さじ 2

鮭フレーク 大さじ 3

白ごま 少々

とび子 少々

●お好みのおかず

かぶのマリネ、れんこんの彩り揚げ、かぼちゃの煮物など 各適量

【作り方】

1. ケール入りつくねを作ります。Aを混ぜ合わせ、更に粗く切った甘栗を加えたら小判型にまとめます。
2. フライパンでサラダ油を熱して両面に焼き目がついたら、Bを加えてさっと炒め煮します。
3. えびと枝豆の卵焼きを作ります。Cの材料を混ぜ合わせ、サラダ油を引いた卵焼き器で卵焼きを作ります。
4. 炊きたてのご飯に、酒で溶いたケール青汁(粉末タイプ)を混ぜ合わせ、鮭フレーク、白ごまを加えます。
5. 4でおにぎりを作ってとび子をのせます。おにぎりと2、3、お好みのおかずをモザイク状に盛り付けて完成です。

「キューサイケールの公式 Instagram」はこちら！



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

ケール青汁
アレンジレシピ
100品以上！

“ケール” プチ情報

ケールは、冷涼な土地で育ちやすく、旬であるこの季節は葉の大きさが大人の顔以上にもなります。畑でかじる生のケール葉はもちろん、実は茎も水分を豊富に含んでいるため、甘くておいしいのです。また、ケールは寒さから身を守るために糖분을蓄えるので、これからの季節ますます甘味が増してきます。



商品情報

商品名：ケール青汁(粉末タイプ)
 内容量：420 g (約30日分)
 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：ヘルスクエア商品、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：kale-kyusai@pjbc.co.jp