SUPERMARKET
成城石井

報道関係各位

2016 年 6 月 17 日
株式会社成城石井

成城石井で、おいしい“ロカボ”がより身近に！
自家製の“ロカボ”な「お弁当」2 品と「パスタサラダ」を発売

成城石井は、おいしく、楽しく“ロカボ(緩やかな糖質制限)”に取り組んでいただけるよう、一食あたりの糖質を 40g 以下に抑えた自家製のお弁当 2 品とパスタサラダ 1 品を発売します。糖質を抑えるための特別なレシピは基本的に作らず、人気の「四川麻婆ピリ辛豆腐」や「根菜五目きんぴら」など、自社セントラルキッチンの「手作りのお惣菜の味」をそのままお楽しみいただくことができます。
当社は 2015 年から、自社で運営するワインバーにおいて“ロカボ”への取り組みを実施し、お客様のニーズの高さを実感してきました。そこで、飲食店だけでなく毎日通えるスーパーマーケットで気軽に手に入る“ロカボ”食をお届けしたいという思いから開発に至りました。

株式会社成城石井(本社事務所:神奈川県横浜市西区北幸、代表取締役社長:原昭彦)は、糖質が気になるお客様に向けて、6 月 17 日(金)に「ロカボ生活！十二品目の彩りおかず弁当【食塩 3g 以下】」と「ロカボ生活！高菜炒飯と四川麻婆豆腐の中華弁当」、 6 月 23 日(木)に「ロカボ生活！フレッシュバジルと 5 種野菜のパスタサラダ」を発売いたします。

■おいしくて、身近に手に入る“ロカボ”な商品が成城石井から登場

現在、生活習慣病予防や体に負担をかけないダイエットとして注目を集めている“ロカボ”。一般社団法人食・楽・健康協会が提唱している「緩やかな糖質制限」の意で、食事における糖質摂取量を制限することで食後の血糖の上昇を抑え、様々な疾患のリスクの低減が期待できる、新しい食事方法です。糖質を 1 食あたり 20～40g、おやつ 10g、1 日あたり 70～130g に制限することにより、食後血糖の上昇を抑えると言われています。

成城石井は、2015 年 7 月から“ロカボ”の取り組みとして、当社が運営するワインバー「Le Bar a Vin 52　AZABU TOKYO」にてロカボフェアを実施。糖質を意識しながら料理を選べるよう、糖質量の目安をグラム記載した特別なメニューブックを作りました。その反響はとても大きく、その後のグランドメニューにも糖質量を表記し、チャージのパンを低糖質のオリーブに変更できるといったサービスを行いました。「糖質量がわかって嬉しい」、「低糖質な食事でもこんなにおいしく食べられるのね」といったお声を頂戴し、お客様のニーズの高さを知ることができました。このような背景から、スーパーマーケットで手に入る“ロカボ”なお弁当 2 品を 6 月 17 日に、次いでパスタサラダを同 23 日に発売します。

■成城石井のお惣菜の味はそのままに、一食あたりの糖質は 40g 以下

“ロカボ”は日々の食生活で継続的に取り入れることが大切です。しかし家庭で一食ごとに糖質を量ることは簡単なことではありません。そこで、お惣菜の中でも一品で食事が完結できる、お弁当とパスタサラダを発売します。

糖質を抑えるための特別なレシピは基本的に作らず、もとから糖質が低いお惣菜を組み合わせているので、おいしさはそのまま。一品あたりの糖質が 40g 以下でありながら、成城石井セントラルキッチンの持ち味である「プロの調理人が作る本格的な味」と「素材の味を活かしたおいしさ」をしっかりと味わっていただくことができます。

食・楽・健康協会が
定めたロカボマーク

今回発売の 3 商品は“ロカボ”の適性糖質に該当するので、食・楽・健康協会が定めた「ロカボマーク」を付け、糖質を抑えた商品であることがひと目で分かるようにします。

SUPERMARKET
成城石井

商品概要

ロカボ生活！十二品目の彩りおかず弁当【食塩 3g 以下】（価格 699 円） 6 月 17 日発売

一食あたりの糖質量が 36.4g の和食弁当です。お酢をきかせて歯ごたえ良く炒めた「根菜五目きんぴら」や、淡口醤油だけでなくたまり醤油を使うことで旨みとコクを引き出した「豚バラしぐれ煮」など、一つひとつ丁寧に作られたおかずを詰めあわせた、彩り豊かなお弁当です。塩分が気になる方にも嬉しい、食塩使用量 3g 以下です。

十二品目の内訳：筍土佐煮、蒟蒻煮、玉子焼き、鶏もも塩焼、塩銀鮭、有頭海老揚げ、根菜五目きんぴら、鶏ムネときのこの和え物、厚揚げ煮、豚バラしぐれ煮、揚げオクラ、国産十六穀米

ロカボ生活！高菜炒飯と四川麻婆豆腐の中華弁当 （価格 699 円） 6 月 17 日発売

一食あたりの糖質量は 39.4g。中華惣菜の人気の味を一度に楽しむことができる中華弁当です。「四川山椒ピリ辛麻婆豆腐」は香り高い四川山椒を使いしびれるような辛味が味わえます。「イベリコ豚と国産ゴーヤのチャンプルー」は豆腐の食感を出すため絹と木綿の両方を使い、ゴーヤの苦味とイベリコ豚のコクとのバランスが後引く味わいです。「海老のチリソース」は生姜や豆板醤を最初に炒めることで香りを引き出し、ぷりぷりの海老を強い火力で炒めて仕上げています。どうしても糖質が高くなりがちな米飯は、国産鶏挽肉を混ぜ込んだ高菜炒飯でボリュームを出し、糖質を抑えています。

ロカボ生活！フレッシュバジルと 5 種野菜のパスタサラダ （価格 499 円） 6 月 23 日発売予定

一食あたりの糖質量が 29.0g のサラダ仕立てのパスタです。野菜をたっぷり入れ、ボリューム満点に仕上げました。色鮮やかな 5 種の野菜とブラックオリーブがトッピングされたパスタに、フレッシュバジルを使用した自家製ジェノベーゼドレッシングを絡めてお召し上がりください。

バジルの香りが爽やかに広がるジェノベーゼドレッシングは、レモン果汁をベースに、パルミジャーノレジャーノや蜂蜜で味に深みとまろやかさを出し、さらに風味のアクセントとしてローストカシューナッツを加えています。

※価格は全て税抜きです。

※一部取り扱いの無い店舗もございます。