

2016年注目の変わりダネ鍋は“ケール鍋” 苦いイメージの“ケール”が“絶品鍋料理”として登場！ 2016年9月29日（木）解禁のお知らせ

苦くないケール“かがやケール”の美味しさを世の中に広めるべく活動しているかがやケールPR事務局より、この度、「かがやケール」の美味しさに共感した以下2つの飲食店が、2016年9月29日（木）に「かがやケール」を使った各店オリジナルの“かがやケール鍋”の提供を開始することをお知らせします。



ゆるり屋（鍋料理専門店）～渋谷～
かがやケールの白ワイン豚しゃぶしゃぶ鍋
1人前 ¥2,680 ※注文は2人前から

白ワインをベースに酢、胡椒、オリーブオイルなどを加えた酸味の効いたスープで食べる豚のしゃぶしゃぶです。豚肉と一緒にケールを出汁にくぐらせ、特製ケールだれをそえるとなお美味しく召し上がっていただけます。

住所) 渋谷区円山町5-18 道玄坂スクエアビル2F
TEL) 03-6415-1596
営業時間) 月-金11:30~14:30 (L.O.14:00) 18:00~23:00 (L.O.22:00)
土祝17:00~23:00 (L.O.22:00) 定休日) 日 席数) 100席



【その他、ゆるり屋の“かがやケール鍋”のラインナップのご紹介】

かがやケールの ココナッツチキン鍋

1人前 ¥2,780 ※注文は2人前から

スーパーフードのココナッツオイルを使い、レモングラスをアクセントにした塩味ベースの鍋です。ケールだれを加えた鶏つくね、もも、ささみを、たっぷりのケール、野菜とともにお楽しみいただけます。



かがやケールの チキンチーズ鍋

1人前 ¥2,680 ※注文は2人前から

モッツアレラ、マスカルポーネ、パルメザンの3種のチーズに、黒胡椒をしっかり効かせた濃厚クリーミーな洋風鍋です。オープンでパリッと火を入れたケールチップをトッピング。



南渋谷 なみの上（和食）～渋谷～
かがやケールと霧島豚の白湯しゃぶしゃぶ
小（2~3人前）2500円 / 大（4~5人前）4500円

鶏ガラを長時間も煮込んで作ったコラーゲンたっぷりの白湯スープを使用し、九条葱やたっぷりのショウガ、キノコや季節の野菜、霧島豚のバラ肉と一緒に特製ケール肉団子もつきます。

住所) 渋谷区東2-22-16 TEL) 03-6427-9115
営業時間) 18:00~24:00 (L.O. 23:00) ※金曜日は~27:00 (L.O. 26:00)
定休日) 無休 席数) 51席



※食材の仕入れ状況により、内容は変更になる場合がございますので、放映・掲載いただける際は、必ずご一報ください。
※価格はすべて税別です。

■ケールは「葉野菜の女王」の別名をもつほど優れた栄養価のある食材！

ケールといえば青汁の原料にも使われ、健康にはいいけれど“苦い”イメージが強いのではないのでしょうか。しかし、ケールにはビタミンA、C、E、カルシウム、マグネシウムなど多くのミネラルが含まれており、その優れた栄養価は、葉野菜の女王と言われるほど優れています。また、ケールは以前よりスーパーフードとしてアメリカで話題になっており、最近では日本でもチーズとナッツで一味違ったサラダにしたり、炒めものやスープに加熱して入れたり、メディアでも様々なレシピが公開されています。



カルシウム

ケールには100g中220mgもカルシウムが含まれており、その数は牛乳の2倍で、野菜の中ではトップクラス。

※カルシウムは歯と骨を丈夫にする効果があり、また精神安定剤としての働きを担っているため神経のいらだちを抑え、精神を安定させる働きがあります。

β-カロテン

ケールはβ-カロテンが100g中2900μgも含まれ、その数はキャベツの51倍ともいわれています。

※β-カロテンは体内でビタミンAに変換されるため、美肌効果ガンを予防および抑制する効果が期待されます。

食物繊維

ケールには、食物繊維が豊富に含まれており、焼き芋の1.3倍も含んでいます。

※食物繊維には腸の働きを整え、便通をよくする働きやコレステロールの排出、急激な血糖値の上昇を防ぐ働きなどがあります。

栄養価に優れたケール！！
ケールのココがすごい！

メラトニン

ケールには自然な睡眠を導いてくれる成分であるメラトニンを含んでいます。

※メラトニンは神経ホルモンの一種で、体内時計を正常に保ち、不眠症の改善にも効果が期待されています。

ビタミンC

ビタミンCはみかんの2.6倍も含んでいます。

※ビタミンCは美肌効果や免疫カアップ、さらにストレスをやわらげる効果、老化を防ぎ皮膚や粘膜を丈夫にする効果が期待できます。

ルテイン

酸化防止や目を保護する働きがあるルテインを含んでいます。

※ルテインは強い抗酸化作用を持つカロテノイドの一種です。紫外線やブルーライトなどの有害な光から目を守る効果があるとされています。

※ケールなど各栄養素含有量は五訂食品成分表による数値を使用。

■自宅でも簡単に作れる“かがやケール鍋”のセットがオイシックスから発売！！

「珍しい食材の組み合わせ×彩り」をコンセプトに、オイシックスですが味わう事のできない食材の組み合わせで、見た目にも色鮮やかな“フォトジェニック”なお鍋のセットが登場しました。オイシックスの鍋セットは、スープ、肉、野菜、メの麺やごはんまで【オールインワン】でお届けするため、買い物の手間が省ける上、いつもとは違う味を自宅で手軽に楽しむことができます。普段の食卓はもちろん、ホームパーティーなど多くの人が集まる際の“お持たせ”にもぴったりです。



商品名：彩り野菜とかがやケール鍋

金額：5,480円（税別）4-5人前

特徴：バジルベースのスープに色鮮やかな具材とケール2袋をまるっとご賞味いただける、イタリアン風味のお鍋。栄養価の高いケールとレンコンやカボチャなど体を温めてくれると言われる複数の根菜類、タンパク質を含むバナナエイビヤや鮭などの魚介類と、女性に嬉しい栄養素が満載。最後に、鍋にふたをするように、ワサッとケールを入れてから火にかけるので、蒸し煮になり、野菜や魚介、スープの旨みをケールの葉が吸収し、ケールのシャキシャキ感とケールの旨み双方をお楽しみ頂くことができます。

メには、もちもちの生パスタをご用意。色鮮やかなまさに“フォトジェニック”なお鍋なので、女子会などで盛り上がること間違いなし。ぜひ、ご賞味ください。

販売期間：2016年9月28日～2017年2月中旬まで

購入方法：インターネット URL：<https://www.oisix.com/sc/nabe2016>

オイシックスの“かがやケール”のここがすごい！

オイシックスの“かがやケール”の特徴は**独特の嫌味・苦味が少なく、味・食感とも非常に食べやすい**ので生のままサラダとしても美味しく味わっていただけます！“かがやケール”は、一般的な青汁で使用されている苦いケールと違い、**苦味が少ない品種を水耕栽培で育てている**ため、葉が柔らかく、えぐみも感じることなく一度にたくさん召し上がれます。

また、昨年8月から発売を開始してから約1年で売上が**5倍**と人気の商品。かがやケールはヒット野菜（オイシックスの中の人気商品）にもランクインするほどの大ヒット商品です。

【商品詳細】

価格：380円（税抜）1袋70g／品種：カーリーケール

販売：オイシックス

生産地：兵庫県

注文方法：インターネット、および都内各店舗

URL：<https://www.oisix.com/>

