

～5月30日は「アーモンドミルクの日」～

①ぐっち夫婦が考案「アーモンド効果」を使ったパスタレシピを公開

②「アーモンド効果」のおいしさを体験！全国で試飲施策を展開

③酸化ストレス検査「サビチェック」付きモニターキャンペーンの開始

さまざまな施策でGlicoは「アーモンドミルクの日」を盛り上げます！

江崎グリコ株式会社は、5月30日の「アーモンドミルクの日」にあわせて、YouTubeをはじめとしたSNSの総フォロワー数100万人以上を誇る料理家夫婦である「ぐっち夫婦」とコラボし、「アーモンド効果」を使用したアレンジレシピ「ベーコンとアスパラのレモンクリームパスタ」を公開しました。

ビタミンEや食物繊維などのアーモンドの栄養が手軽に摂れる「アーモンド効果」をソースに使い、レモンを加えることで爽やかに仕上げたパスタは、これからの暑い季節にもぴったりな一品です。さらに、牛乳よりも糖質量が低い※1「アーモンド効果<砂糖不使用>」と、適正糖質※2をサポートする「SUNAO もっちりパスタ」を組み合わせることで1食あたりの糖質量が40g以内におさまっているのうれしいポイントです。

※1:「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」での普通牛乳200mlあたりの糖質量9.6gに対して、アーモンド効果<砂糖不使用>200mlあたりの糖質量は0.9g。※2:一般社団法人「食・楽・健康協会」は1食で摂取する糖質量を20～40g、間食では10g以下にする「適正糖質」を提唱しています。

レシピの一般公開に先行して、5月19日にGlicoの会員コミュニティ「with Glico」でオンラインクッキングイベントを開きました。「ぐっち夫婦と一緒に作ろう！アーモンドミルクを使ってつくる適正糖質パスタ！」と題し、全国から40名を超えるwith Glico会員が自宅のキッチンからPCやスマホで参加しました。都内のクッキングスタジオで調理をするぐっち夫婦の説明を聞きながら、一緒に調理しました。

Glicoではアーモンドミルクの摂取や適正糖質など、カラダにうれしい素材や食事法について「知る」「実践する」「共有する」ことをテーマにした「Glicoすこやかな食生活プロジェクト」を2023年春よりスタートしています。イベント内では調理だけではなく、アーモンドの栄養などについてクイズで学ぶコーナーも設け、それぞれの参加者は理解を深めながら、交流を楽しみました。



ぐっち夫婦考案
「ベーコンとアスパラのレモンクリームパスタ」

そのほかにも、「アーモンドミルクの日」にあわせてアーモンドミルクの魅力に触れ、飲み続けていただくための、さまざまな企画を実施予定です。アーモンドミルクをまだ飲んだことがない方にもおいしさを実感いただくため、5月下旬からは全国のスーパーやジム・美容サロン等で試飲企画を展開します。また、グリコダイレクトショップでは、「アーモンド効果」定期コースお申し込みのお客様先着600名様に初回限定で酸化ストレス検査「サビチェック※3」付きのモニターキャンペーン※4を実施します。※3:ヘルスケアシステムズの商品です。※4:1か月後のアンケートにお答えいただくことが前提となります。

5月30日はアーモンドミルクの日！



アーモンドミルクの原材料であるアーモンドは、5月下旬から実がなり始めます。実(3)が丸く(0 = ○)なるという語呂合わせから、5月30日は「アーモンドミルクの日」に制定されています。

●アーモンド効果ブランドサイト内「アーモンドミルクの日」特設ページ：<https://cp.glico.com/almond-k/day/>

ぐっち夫婦考案「ベーコンとアスパラのレモンクリームパスタ」の作り方

ぐっち夫婦考案のレシピ「アーモンドミルク&適正糖質パスタでヘルシー！ベーコンとアスパラのレモンクリームパスタ」は、ぐっち夫婦のInstagram公式アカウント（https://www.instagram.com/gucci_fuufu/）でも投稿される予定です。

【材料（2人分）】

- ・「SUNAO もっちりパスタ」 1食分80g
- ・「アーモンド効果<砂糖不使用>」 200ml
- ・ハーフベーコン 2枚
- ・レモン 1/2個
（※防腐剤、防かび剤やワックスなどを使用していないもの）
- ・アスパラガス 2本 ・にんにく 1片
- ・顆粒コンソメ 小さじ1/2 ・はちみつ 小さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ1 ・バター（無塩） 10g
- ・粉チーズ 20g ・塩、粗びき黒こしょう 各適宜



【作り方（調理時間：約20分）】

①下準備

ベーコンは1cm幅に切る。アスパラは下の硬い部分をピーラーで剥き、4-5cm幅の斜め切りにする。にんにくはみじん切りにする。レモンは中央部を2枚薄切りにし、残りは絞る。

②ソースを作る

フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ、弱火で加熱する。香りがでてきたら、ベーコンを炒める。ベーコンが色づいてきたら、アーモンド効果、コンソメを入れて弱火で煮る。

③パスタを茹でる

鍋にたっぷりの湯を沸かして塩を適量（湯量に対して1%塩分）を入れ、パスタを広げ入れ、かきまぜながら7分茹でる。4分経ったところで、アスパラも合わせて茹でる。

④ソースと合わせる

ソースにはちみつを入れる。パスタが茹で上がったなら水気を切り、②に加えて絡める。

⑤仕上げる

汁気が少なくなってきたら、バターを加えてさっと混ぜ、レモン汁（大さじ2）を合わせて火を止める。粉チーズを入れてさっと和え、塩少々、粗びき黒こしょうで味をととのえる。

⑥盛り付ける

皿に盛り、輪切りレモンを中央にのせる。レモンの皮を削り、粗びき黒こしょう、粉チーズ、オリーブオイル（各適量/分量外）を振る。

そのまま飲んでもおいしくお召し上がりいただけるのはもちろん、料理に使用することで、手軽にコクを与えてくれるアーモンドミルク。牛乳や豆乳と異なり、加熱しても膜が張らないのも使い勝手が良いポイントです。また、牛乳や生クリームの代わりにアーモンド効果<砂糖不使用>を使用することで、糖質をおさえることができます。

「ぐっち夫婦」プロフィール



夫Tatsuya、妻SHINOの夫婦で料理家として活動。

「日々の暮らしを楽しく美味しく。ちょっとおしゃれに」をモットーに、ライフスタイルに寄り添うレシピを考案し発信している。

書籍出版の他、雑誌やテレビ出演、メディア連載の他、イベントにも多数出演し、オンライン料理教室も開催。

YouTubeチャンネル「YouTubeふたりごはん【料理家ぐっち夫婦の料理チャンネル】」など、SNSの総フォロワー数は100万人以上を誇る。

with Glico「レシピクラブ」でアーモンド効果の活用レシピを紹介中～イベントレポートも公開予定～

Glicoの会員コミュニティ「with Glico」内にあるレシピに特化したコンテンツ「レシピクラブ」では、今回のオンラインクッキングイベントのほかにも、レシピ投稿コンテストなど、会員同士が交流できるさまざまな企画を随時実施しています。「ぐっち夫婦と一緒に作ろう！アーモンドミルクを使ってつくる適正糖質パスタ！」の様子は、後日イベントレポートとして公開を予定しています。

【with Glicoイベントレポートページ】

<https://go.glico.com/g8gch>

※詳細なレポートは6月下旬に更新予定です。



スタジオではぐっち夫婦が調理のポイントをレクチャー



オンライン参加の皆様も一緒に「いただきます！」

また、「レシピクラブ」では、材料をまぜるだけの手軽なドリンクアレンジから、カレーやそうめんなどの定番料理、スイーツなど、「アーモンド効果」を活用したさまざまなレシピをご紹介します。毎日の献立づくりにも、ぜひご活用ください。



アーモンド効果の体験の輪を広げるために全国各地で試飲施策を展開

5月30日の「アーモンドミルクの日」にあわせて、5月下旬から6月にかけて、アーモンド効果の試飲施策を全国で展開し、おいしさを体験いただける機会を広く創出してまいります。

2023年4月に行った「アーモンドミルクに関する日米実態調査」（江崎グリコ調べ）によると、アーモンドミルクの認知率は、日本で80.8%、アメリカで98.5%と日米ともに高いスコアとなりました。一方で、認知者の飲用経験率は、日本で49.2%であり、「アーモンドミルクは聞いたことがあるが、飲んだことはない」という方がまだ一定数いることが分かりました。なお、アメリカでは認知者の飲用経験率は85.5%で日本の約1.7倍。日本に比べると非常に高いスコアです。

アーモンド効果をまだ飲んだことがない方にも試していただく今回の取り組みは、飲み切りやすい特別サイズの「アーモンド効果 <砂糖不使用> 125ml（試供品）」を、全国のスーパーほか、フィットネスジムや美容サロン等で配布し、健康や美容が気になるすべてのみなさんに、アーモンドミルクの魅力をお伝えしていきます。

※配布店舗や配布日程は公開しておりません。配布数量には限りがあり、なくなり次第終了となります。



アーモンド効果砂糖不使用
125ml（試供品）

アーモンド効果（定期コース）酸化ストレス検査「サビチェック」付きモニターキャンペーンの開始

江崎グリコ株式会社は、自分の体の状態を把握し、生活習慣を見直すためのヘルスケアチェックとして、「アーモンド効果」定期コースをお申し込みのお客様先着600名様に初回限定で酸化ストレス検査「サビチェック」付きのモニターキャンペーンを実施します。江崎グリコ公式通販サイト「グリコダイレクトショップ」にて、2023年5月30日（火）より先着600名様限定で発売します。



【商品名】アーモンド効果 定期コース
 【発売期間】 2023年5月30日～2023年7月10日
 ※数量がなくなり次第終了
 【販売価格】 初回限定通常価格の約20%OFF
 1000ml 6本セット 2,580円(税込)
 200ml 24本セット 2,860円(税込)
 For Barista and Chef 1000ml 6本セット 2,650円(税込)
 【販売チャネル】グリコダイレクトショップ
<https://go.glico.com/305101/>

- ※酸化ストレス検査「サビチェック」はヘルスケアシステムズの商品です。
- ※酸化ストレス検査「サビチェック」は、初回お届け時の1回のみです。
- ※2ヶ月目以降は通常価格の約10%OFF、1000ml定期：2,900円、200ml定期：3,210円、For Barista and Chef：2,970円にてお届けします。（定期全品税込・送料無料）
- ※1ヶ月後に届くアンケートにお答えいただくことがお申込み条件となります。
- ※既に定期コースをご購入いただいている方には別キャンペーンをご用意しております。

2014年の発売以来、美容や健康への関心が高い方を中心に支持いただいている「アーモンド効果」。愛飲者の方からは「美容や健康にうれしい」というお声をよくいただきます。もっと自分の体のことを知りたいというお客様も多いと思いますが、体の内部の状態を把握するのは、身長や体重のように簡単にはいきません。

そこで、今回、自分の内部の状態を把握して、生活習慣を見直すためのヘルスケアチェックとして、数量限定で酸化ストレス検査「サビチェック」付きモニターキャンペーンを企画しました。この検査では、酸化ストレスの結果を具体的な数字で見ることができます。日々の食生活や生活習慣を改善するモチベーションにもつながると思います。

手軽にご自宅で検査できますので、検査に興味はあったけれど、なかなか踏み出せなかったという方にもおすすめです。ぜひこの機会にお求めください。



酸化ストレス検査「サビチェック」の使い方

- 1.ご自宅に「アーモンド効果」と検査キットのセットが届きます。
- 2.同梱の説明書に従ってカラダのものさしサイトにて、
①新規会員登録②検査申し込みを行って下さい。
- 3.キットを使用して採尿を行い、返信封筒に、採尿容器を入れて郵便ポストにご投函ください。
- 4.約2週間ほどで検査結果が判明します。Webのマイページからご確認ください。

※本検査キットは、生活習慣を見直すためのヘルスケアチェックです。病気を診断するものではありませんので、体調で気になることは医師にご相談ください。

あなたのカラダのサビつき度は **低いです**

原単位8-OHdG測定値
4.2 μg/gCr

Aランク
酸化ストレスは **低いです**
4.2 μg/gCr以下

Aランクのあなたは、検出されたサビ(8-OHdG)が平均よりも少なく、理想的な状態です。現在の生活習慣をキープしましょう。
ただし、酸化ストレスの原因となる活性酸素の働きを抑える機能は年齢を進行につれて、低下していくことがわかっています。
上記の「サビ防止生活のポイント」の各項目を参考に、これからも理想的な状態をキープしましょう。

<検査結果イメージ>