

- KINOKO NEW CENTURY いつでも、誰でも、きのこのある健康的な食生活を -
ホクトが『きのこペースト』を考案し、
カンタン! きのこがいつもある、健康的生活を新たに提案。
きのこペーストを使った「レシピコンテスト」を3月1日から開催!

ホクト株式会社(本社:長野県、代表取締役社長:水野雅義)は、新生活の始まる春、日々の健康や美容に役立つ栄養素の豊富な「きのこ」で元気なスタートを応援するべく、これまできのこが不得意だった方や、きのこを使えなかった料理にも、簡単にきのこの栄養素を取り入れられる「きのこペースト」を考案いたしました。それに合わせて、きのこペーストを使ったレシピコンテストを3月1日から開催いたします。

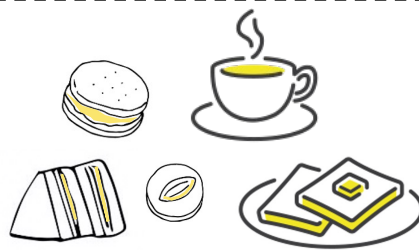


きのこペーストの特徴

誰でもどこでも、どんな料理でも、ライフスタイルのあらゆるシーンで、簡単に健康食材きのこを摂取することができます。



きのこが
不得意な方でも



きのこを
使えなかった料理にも



食卓以外の
場所でも

レシピコンテスト開催！

きのこペーストの考案に合わせて、ホクト公式HP内に特設ページをオープンし、サイト内で『誰でもどこでも きのこペーストでPOWER CHARGE レシピコンテスト #spring ver』を開催いたします。



コンテスト サイトURL

https://www.hokto-kinoko.co.jp/recipecontest_23sp/

コンテスト概要

『きのこペースト』を使ったオリジナルレシピを特設ページ内の専用フォームよりご応募いただき、受賞者には賞品を進呈いたします。

応募期間

2023年3月1日(水)～2023年4月30日(日)

応募部門

《きのこペースト部門》

「きのこペースト」を活用したレシピをご投稿いただきます。

《アレンジきのこペースト部門》

アレンジを加えたきのこペーストや、アレンジきのこペーストを使用したレシピをご投稿いただきます。

受賞レシピ数 と賞品

各部門 大賞：2レシピ (QUOカードPay 1万円分)
ホクト賞：10レシピ (QUOカードPay 5,000円分)



★各部門の大賞レシピへは、料理研究家・浜内千波先生からのコメントとプレゼントも進呈いたします。

選考方法

ホクト レシピリーフレット制作Teamによる選考

発表

5月下旬頃、特設ページ内にて発表



浜内 千波先生

きのこペーストRECIPE

◆材料

- ・エリンギ 50g
- ・ブナシメジ 50g
- ・片栗粉 大さじ1
- ・水 90ml
- ・塩 ひとつまみ
- ・こしょう 少々
- ・オリーブオイル 小さじ1/2



◆作り方

①フードプロセッサー(またはミキサー)に石づきを切ったブナシメジとエリンギ、水、片栗粉を入れて攪拌する。

②オリーブオイルを敷いたフライパンで水分を飛ばしながら6分ほど炒め、煮詰まったら火を止めて塩、こしょうを加えてよく混ぜる。



- ◎ご飯と炒めてヘルシー炒飯に
- ◎牛乳や豆乳で溶いてポタージュに
- ◎ホワイトソースの代わりにしてヘルシーグラタンに
- ◎マヨネーズを加えてディップソースに …等

春のPOWER CHARGEに役立つきのこの効果



《ダイエット》
食物繊維で腸からキレイに



《春のストレスケア》
GABAで心身を健康に



《エネルギーチャージ》
ビタミンB1でエネルギー補給



《春の美容ケア》
ビタミンB2でお肌ケア



《快眠サポート》
オルニチンが睡眠をサポート



《疲れ目に》
ビタミンB群が目の神経や粘膜を整える



《春の不調ケア》
健康の要「腸」を整える

浜内千波 先生 profile

徳島県生まれ。大阪成蹊女子短期大学栄養学科卒業後、証券会社OLを経て岡松料理研究所へ入所。1980年にファミリーッキングスクール(東京・中野坂上)開校。1991年に企画フードハウスを設け、食ビジネス全般において、ホテルや食品メーカー、コンビニエンスストアの食品開発・事業所給食などのプロデュースを手がける。

『家庭料理をちゃんと伝えたい』.....という思いで、料理教室を主宰するなど『料理は、もっともっと夢のある楽しいもの』をモットーに、テレビ番組や料理ビデオの出演、講演会、雑誌や書籍の執筆活動、各種料理講習会への参画を積極的に行うなど、幅広い分野で精力的に活動。



料理研究家
浜内 千波先生

[書籍(一部抜粋)]



(他多数)

会社情報

会社名.....ホクト株式会社
代表.....代表取締役社長 水野雅義
所在地.....長野県長野市南堀138-1

〈公式サイトURL〉

<https://www.hokto-kinoko.co.jp/>



■ 本リリースに関するお問い合わせ ■

ホクト株式会社 営業推進部 営業企画課 担当:伊藤(いとう)・花村(はなむら)
TEL:026-243-3115/FAX:026-243-2121/mail:risa.itou@hokto-kinoko.co.jp