

女性に優しく、子供も喜ぶ！アルカリイオン水を使ってつくる  
色鮮やかなベジタブルスイーツのレシピを動画で紹介

## 『Natural Color Sweets』

美容料理家松野エリカ出演

3月7日(土)正午より提供開始

<http://youtu.be/oc-nj6xj4aE>

(「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキの作り方」ページ)

株式会社フジテレビジョン(本社:東京都港区、代表取締役社長:亀山千広、以下フジテレビ)は、料理レシピ動画を集めたメディア「ビデリシャス」が制作した、野菜を使ったスイーツレシピ動画『Natural Color Sweets』全4話を本日3月7日(土)から3月28日(土)にかけ毎週土曜日に1話ずつ無料で配信いたします。



『Natural Color Sweets』

『Natural Color Sweets』は、緑黄色野菜を中心とした野菜を使用するスイーツをご紹介しますことで、普段不足しがちになっている野菜を一味違う食べ方、スイーツにすることで美味しく食べやすくし、体の中から美しくなるためのレシピをご提案するウェブ番組です。また野菜が苦手というお子様にも、野菜をスイーツに溶け込ませることで、苦手な野菜を喜んで食べていただき、野菜を好きになっていただけるようなスイーツをご紹介します。

本番組は、美容料理家の松野エリカが出演し、本日3月7日(土)に配信される第1話目では、「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキ」をご紹介します。ホウレンソウとレアチーズケーキという組み合わせは一見青臭さを想起させますが、ヨーグルトを加えることでホウレンソウの青臭さを取り除き、アルカリイオン水を使用してホウレンソウを湯でることでアクが抜けて、ホウレンソウの持つ甘みと鮮やかな色を引き立たせることができます。また、クリームチーズとヨーグルトを合わせることによってホウレンソウならではの奥深い甘みと鮮やかな色をより際立たせ、味や見た目をより爽やかに演出したスイーツとなっております。

「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキ」の他、「デトックスごぼうブラウニー」・「キャロットレモン美肌パウンドケーキ」・「まるやかトマト白ワイン美白ゼリー」の全4話を3月28日(土)までの毎週土曜日に「ビデリシャス」YouTube公式チャンネル(<http://www.youtube.com/videliciousness>)にて無料で配信を予定しております。



「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキ」



「デトックスごぼうブラウニー」

## 美容料理家 松野エリカ

10代の頃、無理なダイエット経験から食の大切さを痛感する。  
短大・専門学校にて栄養学を専攻し、栄養士・食育インストラクターを取得。その後マクロビオティックも学び、「食事」にて長年悩んでいた不調の解消など体質改善にも成功する。これらの経験を活かし、銀座のマクロビオティックレストランにてパティシエとして白砂糖・乳製品、卵を一切使用しないビューティースイーツの開発に携わった後、現在は美容料理家として「食べてキレイに…」をコンセプトとし、ラジオ出演、料理教室の開催、コラムの執筆、イベント・メディアへ出演するなど料理家として活動中。



「松野エリカ」



『Natural Color Sweets』

「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキ」調理画像

### ◇野菜を使ったスイーツレシピ番組『Natural Color Sweets』概要

配信開始日：2015年3月7日（土）12:00 「ホウレンソウのグリーンレアチーズケーキ」の作り方  
14日（土）12:00 「デトックスごぼうブラウニー」の作り方  
21日（土）12:00 「キャロットレモン美肌パウンドケーキ」の作り方  
28日（土）12:00 「まるやかトマト白ワイン美白ゼリー」の作り方

キャスト：出演・レシピ	松野エリカ
スタッフ：ディレクション・編集	島田欣征
カメラ・編集	小川純
企画	相川知輝（株式会社ひまじん）
プロデュース	塩冶祥平（株式会社ガラクタ） 橋本英明（フジテレビ）



協賛：パナソニック(株) アルカリイオン整水器 TK-AS44

制作著作：フジテレビジョン

URL：<http://www.youtube.com/videliciousness>（「ビデリシャス」YouTubeチャンネル）

### ◇「ビデリシャス」概要

「ビデリシャス」とは、“VIDEO”と“DELICIOUS”を組み合わせた言葉であり、フジテレビが運営する料理レシピ動画などを集めた食に特化したメディアです。インディペンデントクリエイターとYouTube認定資格を取得したチームで、YouTube向けにオリジナル動画を毎日配信しています。

■「ビデリシャス」YouTubeチャンネル（<http://www.youtube.com/videliciousness>）

■「ビデリシャス」ウェブメディア（<http://www.videlicio.us>）

*videlicio.us*

### 株式会社フジテレビジョン 会社概要

会社名：株式会社フジテレビジョン

代表：代表取締役社長 亀山千広

所在地：〒137-8088 東京都港区台場2-4-8

設立：平成20年10月1日（新設分割のため）

URL：<http://www.fujitv.co.jp/>