

夏バテ解消には“ふぐ”？元気の源“タウリン”が鰻の5倍！

とらふぐ料理専門店「玄品ふぐ」が提唱する

夏季限定 “土用ふぐ”コースメニュー

『夏安居(げあんご)』

2015年6月1日(月)～8月31日(月) 限定販売

関東・関西を拠点に全国に 92 店舗展開する、とらふぐ料理専門店「玄品ふぐ」(株式会社関門海、大阪市、代表取締役社長 田中 正)は、ふぐに含まれる“タウリン”に着目して暑気払いと夏バテ防止に「土用ふぐ」を提唱し、6月1日(月)～8月31日(月)に夏季限定“土用ふぐ”コースメニュー「夏安居(げあんご)」を販売いたします。

元気の源“タウリン”が鰻の約 5 倍も含まれるふぐ

自身でさっぱりとした味わいの「ふぐ」ですが、実は疲労回復・肝機能を修復する成分のタウリンや、グルタミン酸、イノシン酸、コラーゲンが豊富に含まれています。中でもタウリンは、人間の細胞を正常な状態に戻そうとする作用を持つと言われ、また、肝機能を修復することで、夏バテ予防、高血圧予防、新陳代謝促進、コレステロール値を下げるなどの効果が期待でき、さらに肝臓から脂肪を排出することでダイエット効果もあるとされています。とらふぐにはこのタウリンが 197mg / 100g 含まれ、鰻の約 5 倍、鰯の約 4 倍の量を含んでいます。

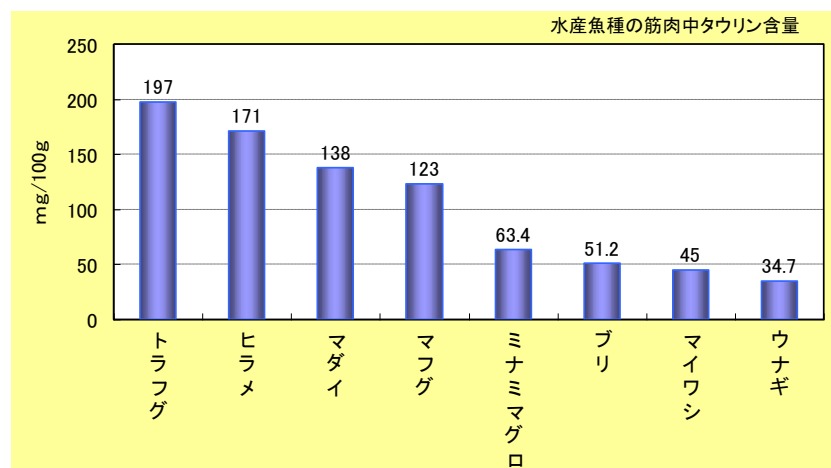
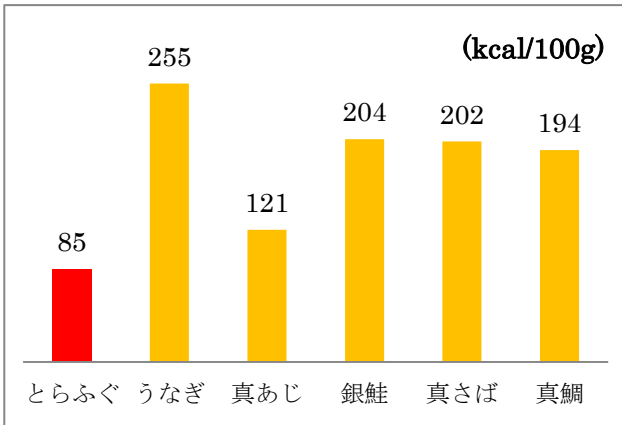


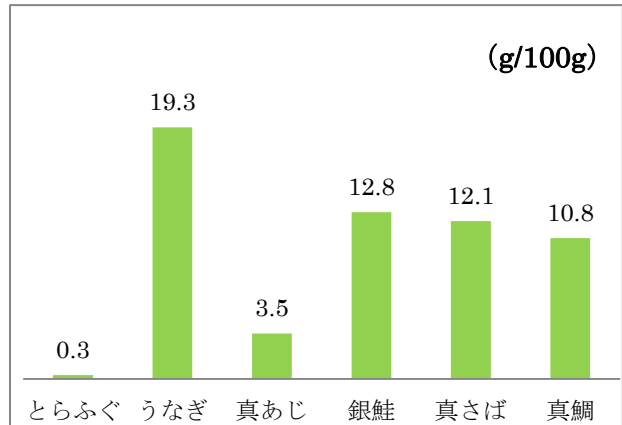
表1: タウリン含量比較 (自社調査データより)

高タンパク&低カロリーでヘルシー + 豊富なコラーゲンで美肌効果

とらふぐのカロリーは 85kcal / 100g と鰻の約 1/3、脂質量は 0.3g / 100g と鰻の約 1/64 と少ないのが特徴で、あっさりとして食べやすく、食欲が減退する夏にぴったりの高タンパク低カロリーのヘルシーな食材です。また、タンパク質のひとつであるコラーゲンも豊富に含まれており、コラーゲンは特に夏の暑さや紫外線の影響によりダメージを受ける肌を修復する美肌効果も期待できるため、女性にもおすすめです。



カロリー比較



脂質量比較

(いずれも出展五訂日本食品標準成分表より)

土用の鰻ならぬ、“土用ふぐ”の「焼きふぐ」は薫り高く、ぷりぷりの食感

夏季限定“土用ふぐ”コースメニュー「夏安居」では、メイン料理として「焼きふぐ」をご用意しています。

焼きふぐは肉の分厚い「あら身」と、お刺身でも食べられる骨なしの「ふぐ身」、コラーゲンたっぷりの「焼き皮」の3種の部位を焼肉のように炙りお召し上がりいただく人気メニューで、味付けも「もろ味醤油」や「ポン酢」、「塩にんにく」、「甘辛味噌」からお客様のお好みにてお選びいただけます。網の上で焼ける香ばしい薫りが食欲をそそり、ぷりぷりの食感がくせになる美味しさです。

夏季限定 “土用ふぐ” 提唱メニュー「夏安居 げあんご」

■ 販売期間：2015年6月1日（月）～8月31日（月）

■ 販売店舗：全国90店（茨木の関、長田の関を除く）

■ コース内容：全6品 4,500円（税別）

付き出し（ふぐ皮湯引き）、福佳三味（前菜6種盛合せ）、てっさ または ぶつ刺し、焼きふぐ（彩り野菜添え）、ふぐわさび茶漬け または ふぐ寿司、デザート



画像：「夏安居」イメージ

※ 上記コースの追加メニューとして、「唐揚げ 全7品：5,500円」や「唐揚げ+焼き白子 全8品：7,400円」をセットにしたコースのご用意もございます。（いずれも税別）

.....店舗情報.....

玄品ふぐ

浅草の関、大宮の関、船場の関、六本木の関、吉祥寺の関、横浜の関、神楽坂の関、梅田東通の関、新橋の関、周防町別玄の直営
店含め北海道、関東、関西、中部、中国(広島)地域で全 92 店舗

.....

本件に関するお客様のお問い合わせ先

株式会社関門海 山口久美子、三井正義

TEL : 06-6578-0029 / FAX : 06-6578-0030 <http://www.tettiri.com>

掲載に関する報道関係からのお問い合わせ先

玄品ふぐ広報事務局 (共同ピーアール内) 川島千穂、八代隆行

TEL : 03-3571-5258 / FAX : 03-3574-0316 Email : genpinfugu-pr@kyodo-pr.co.jp