

## ヘルシーだけど食べ応え抜群！「ヘルシーささ身サンド」

### オーマイパンの低糖質ふすま粉パン・レシピ Series 2

株式会社 OTOGINO（オトギノ：代表取締役社長 鬼武公洋 本社 大分県日田市北友田 2 丁目 2123 番地 1）が運営する『低糖質ふすま粉パン』のオフィシャルサイト（<http://www.ohmypan.jp>）では、皆様から募集した『低糖質ふすま粉パン』を使用した、簡単でおいしいオリジナルレシピをご紹介します。その中から、ヘルシーだけど食べ応え抜群な「ヘルシーささ身サンド」を紹介した情報を掲載（2017/10/2）しました。レシピも掲載しているのでご覧ください。低糖質ふすま粉パンはコッペパンの形状なので具材を中に挟むだけで見た目もお洒落！低カロリーなささ身を使用すればヘルシーなのに食べ応えがあり、満足のいく 1 品が手軽にできます。



■材料：低糖質パン 2 本、ささ身 1 本、ブロッコリー 1/2 房、レタス 2 枚、マヨネーズ・ヨーグルト各大さじ 3

- 作り方：1. ささ身とブロッコリーはひとくち大に切り、茹でる。  
2. マヨネーズとヨーグルトを混ぜ合わせて特製ソースを作る。  
3. 1 と 2 を和える。  
4. 切り込みを入れた低糖質パンにレタスを敷き、3 を挟む。

★詳しいレシピはこちら

<http://www.ohmypan.jp/recipe.html>

### 【低糖質ふすま粉パン その特徴と魅力】

#### 美カラダにおすすめ！糖質 88%カット、糖類ゼロ

カロリー計算で減量が思うようにいかない理由は「糖質」にあります。ダイエットを考えるなら、糖質制限レシピを取り入れた低糖質ダイエットがいまや主流になりつつあります。一般的なパンよりも糖質を 88%カットした「低糖質ふすま粉パン」は、健康的な体重維持にも非常に役立ちます。なぜなら小麦ふすま粉は、小麦粉に比べて糖質が少ないうえに鉄分やカルシウム、マグネシウム、食物繊維、亜鉛などの栄養素がたくさん！小麦粉の代わりに「小麦ふすま」や「小麦たんぱく」を使用した低糖質パンは、噛めば噛むほど小麦ふすまの旨みと香ばしさをお楽しみいただけます。

#### ★低糖質ふすま粉パンの製造は、地域から愛される信頼のパン工場『オーマイパン』

オーマイパンは戦後食糧難の時代、子供たちに美味しいパンをたべさせたいとの思いから昭和 33 年に伊藤亀太（創業者）が日田製パン協同組合として設立。消費者から「お〜うまいパンだね！」と言われ愛されるようにとの願いから「オーマイパン」とネーミングしました。現在はパン屋さんへのパン提供と同時に、市内の学校給食のパンを 50 年以上製造しています。大分県日田市の人にとってオーマイパンはなくてはならないとても親しみのある老舗パン工場です。

#### 【低糖質ふすま粉パンオフィシャルサイト】

<http://www.ohmypan.jp>

#### 【低糖質ふすま粉パン Facebook ページ】

<https://www.facebook.com/oumypan/>

#### 【本件に関するお問い合わせ】

株式会社 OTOGINO

担当者 総合企画営業本部 ブランド推進部 上田（ウエダ）

所在地 〒877-0078 大分県日田市北友田 2 丁目 2123 番地 1

電話番号 0973-26-0509

FAX 番号 0973-28-7799

Mail [public@otogino.co.jp](mailto:public@otogino.co.jp)

#### 【株式会社 OTOGINO について】

屋号 株式会社 OTOGINO（オトギノ）

代表取締役 鬼武公洋

本社住所 〒877-0078 大分県日田市北友田 2 丁目 2123 番地 1

TEL 0973-26-0444 / FAX 0973-26-0445

ホームページ <http://otogino.co.jp>

Facebook ページ <https://www.facebook.com/OTOGINO>

設立 2003 年 8 月 8 日

お問い合わせ 株式会社 OTOGINO 総合企画営業本部 上田（ウエダ）

TEL 0973-26-0509