



2021年1月20日

三共食品株式会社

真冬の寒さに打ち勝つ！“温活時短レシピ”で体の内側から冷え対策 「にんにく」と「しょうが」の効能を活かした“温活時短アイテム”ご紹介

「食べる“わくわく”を世界中に」をキャッチコピーに、調味料や乾燥野菜などの加工食品の製造、販売を行う三共食品株式会社（本社：愛知県豊橋市、代表：中村俊之）から、真冬の冷え対策として「にんにく」と「しょうが」の効能を生かし、手軽に体の内側から基礎代謝を上げる“温活時短アイテム”と、それを使った“温活時短レシピ”をご紹介します。

“温活”とは、冷えに関する「体質」を改善するために、体の内外的にアプローチする健康法です。

（本日1月20日より、“温活時短レシピ”は当社HP：「新着情報」<https://sankyofoods.co.jp/info/2022-01-20/>にて公開します。）

「にんにく」「しょうが」を使った当社オリジナル“温活時短アイテム”



『おろしにんにく』

『おろししょうが』

『フライドガーリックフ레이크』



“温活時短アイテム”を使用したポカポカもつ鍋料理

■寒い日には心も身体も温まる簡単時短レシピで手軽に温活料理を作ろう！

寒い冬になると料理時間も短縮したくなりますよね。一人で気楽に済ませたいときはもちろん、お腹を空かせている家族のためにもあたたかいモノを手早く作ってあげたいものです。そこで今回、寒い季節にも役立つ、簡単で時短になるアイテムを冬定番メニューの鍋料理にご紹介します。

■“入れるだけ” “かけるだけ”で超簡単「温活レシピ」に早変わり！料理のトッピングやアクセントとして使える“時短アイテム”ご紹介

専門スタッフが全て手作業で選別し、すりおろしている当社の『おろしにんにく』と『おろししょうが』。調理のたびにおろす手間を省け、ふたを開けてすぐ使える手軽さで、忙しい毎日でも時短アイテムとして調理時間の短縮をサポートします。良質な「にんにく」と「しょうが」本来の味と風味が料理を引き立て、炒め物、煮物、揚げ物等、様々な料理にお使いいただけます。

『フライドガーリックフレーク』は、スライスしたにんにくをカラッとオイルでフライにし、サクサクとした食感と油切れの良さが特徴的です。にんにくを揚げる時間を省き、料理に“かけるだけ”で温活料理として活用できます。

■ 真冬の冷え対策に「にんにく」と「しょうが」の効能で基礎代謝アップ！

「にんにく」には香り成分である「アリシン」が含まれています。「アリシン」自体には、新陳代謝をアップさせて血行をよくする効果があるといわれています。また、「にんにく」を加熱すると、その「アリシン」が「アホエン」と「スコルジニン」という物質に変化し、「アホエン」には血液をサラサラにしたり、美肌効果や抗菌作用など、さまざまな効能があるとされています。さらに、「スコルジニン」は末梢血管を拡張し、血液の循環を良くしてくれます。

そこでおすすめしたいのが『フライドガーリック』です。「にんにく」を加熱調理しているため、「アホエン」と「スコルジニン」二つの成分の効果によって血の巡りをよくすることができ、冷え性改善が期待できます。

「しょうが」には辛みの主成分として「ジンゲロール」や「ショウガオール」が含まれています。血行をよくして体の中から温め、冷え性の人もポカポカにしてくれるほか、胃腸を刺激して活性化させてくれます。また、抗菌作用や抗酸化作用があることから、“万能薬”と言われ、漢方の生薬や民間医薬として今でも利用され、毎日の健康維持にも取り入れやすい食材です。

■ オリジナル“温活時短アイテム”を使用した“温活レシピ”ご紹介

～温活時短アイテム：『おろしにんにく』、『おろししょうが』、『フライドガーリックフレーク』～

◆「にんにく」と「しょうが」たっぷりポカポカもつ鍋

基礎代謝を上げ、冷えに良く効くとされる「にんにく」と「しょうが」をたっぷり使用した、見た目にもインパクトのある「もつ鍋」レシピです。当社オリジナルの『おろしにんにく』、『おろししょうが』、『フライドガーリックフレーク』を使用することで、おろす手間、揚げる手間を省いて、材料を切って、煮込むだけで簡単に作れます！



■ 所要時間：約 20 分

■ 材料（2 人前）

- ・おろししょうが 大さじ 2 杯
- ・おろしにんにく 大さじ 1 杯
- ・フライドガーリックフレーク 適量
- ・もつ 250g
- ・キャベツ 1/2 個
- ・もやし 1 袋
- ・ニラ 2 束
- ・鍋の素(ストレート) 2 人前
- ・輪切り唐辛子 適量
- ・白ごま 適量
- ・中華麺 2 人前
- ・食べるラー油 お好みで

■作り方

①はじめにあらかじめ材料を切っておきます。キャベツは約 5cm 幅の大きめのザク切り。ニラは約 7cm 幅に切る。



③火が通るとアクが出てくるので適当にすくい、アクが出なくなったら一旦火を止めます。

※煮込みすぎると旨み成分が溶け出るので注意です。

④キャベツをドーナツ状に盛り、真ん中にもやしを乗せます。



⑥再び火を点け、強火でしばらく通すとスープが増えてきます。キャベツがしんなりしてきたら食べ頃です。中火に火力を抑えて完成です。



②鍋に鍋の素と『おろしにんにく』、『おろししょうが』を溶かしながら入れ、一口大のもつを入れて中火にかけます。



⑤その上からニラを山盛りに豪快に乗せていきます。ニラの上に『フライドガーリックフ레이크』を適量散らし、白ごまと輪切り唐辛子をトッピングします。



⑦メは中華麺がおすすめですが、お好みでうどんやご飯を入れて雑炊にしても楽しめます。メの中華麺に『食べるラー油』をトッピングすると格別な味わいです！



三共食品は、「食」の“わくわく”を世界中に届ける企業として、これからも多くの人々がアレンジを楽しめるような、使うのも食べるのも楽しくなる、そんな使い勝手の良い商品をお届けしていき、「食」を通じて人と人との絆を深められるようなサポートをしていきます。

【商品概要】

今回使用した『おろしにんにく』、『おろししょうが』、『フライドガーリックフレーク』、『食べるラー油』は、EC サイト「楽天市場」内の「三共食品 楽天市場店」にて販売中です。

(三共食品 楽天市場店 <https://www.rakuten.ne.jp/gold/sankyofoods/>)

商品名	おろしにんにく
内容量	1kg
販売価格	993 円 (税込) ※送料別途
原材料名	にんにく (中国)、食塩/pH 調整剤
栄養成分 (100g 当り)	熱量：97kcal たんぱく質：4.8g 脂質：0.1g 炭水化物：19.3g 食塩相当量：3.9g ◎推定値
賞味期限	製造後 6 ヶ月 ※開封後はお早めにご使用ください
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
商品特徴	ふわっと香るにんにくの風味が特徴！良質な味と風味が料理を引き立てくれる「おろしにんにく」です。
商品 URL	https://item.rakuten.co.jp/sankyofoods/10000066/



商品名	おろししょうが
内容量	1kg
販売価格	1,188 円 (税込) ※送料別途
原材料名	しょうが (中国)、食塩/酒精、pH 調整剤
栄養成分 (100g 当り)	熱量：47kcal たんぱく質：0.8g 脂質：0.7g 炭水化物：9.3g 食塩相当量：3.7g ◎推定値
賞味期限	製造後 6 ヶ月 ※開封後はお早めにご使用ください。
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
商品特徴	ちょい足しから隠し味まで自由自在！炒め物、煮物、揚げ物等様々なお料理に合わせられる「おろししょうが」です。
商品 URL	https://item.rakuten.co.jp/sankyofoods/10000067/



商品名	フライドガーリックフレーク
内容量	200g
販売価格	810 円 (税込) ※送料別途
原材料名	にんにく (中国)、食用こめ油/酸化防止剤 (V.E)
栄養成分 (100g 当り)	熱量：480kcal たんぱく質：15.6g 脂質：19.5g 炭水化物：60.4g 食塩相当量：0.02g ◎推定値
賞味期限	製造後 12 ヶ月 ※開封後はお早めにご使用ください。
保存方法	直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
商品特徴	スライスしたにんにくをカラッとオイルでフライにしました。 サクサクとした食感と油切れの良さが特徴です。
商品 URL	https://item.rakuten.co.jp/sankyofoods/10000002/



商品名	食べるラー油
内容量	500g
販売価格	775 円（税込）※送料別途
原材料名	食用調合油（食用大豆油、食用なたね油）、食用ごま油、揚げにんにく、唐辛子、乾燥玉葱、粉末醤油、砂糖、味噌、香辛料、すりごま、食塩、調味料（アミノ酸）、酸化防止剤(V.E)、(原材料の一部に大豆、ごま、小麦を含む)
栄養成分（100g 当り）	熱量：664kcal たんぱく質：7.2g 脂質：56.7g 炭水化物：31.3g 食塩相当量：2.2g ◎推定値
賞味期限	製造後 12 ヶ月 ※開封後はお早めにご使用ください
保存方法	冷暗所に保管してください。
商品特徴	ごま油と色合いの良い粗挽き唐辛子で抽出した鮮やかな色のラー油に、香ばしいフライドガーリックと乾燥たまねぎをたっぷり加えました。
商品 URL	https://item.rakuten.co.jp/sankyofoods/10000004/
キャンペーン	数量限定で、3 個買くと 1 個プレゼントするキャンペーン実施中！



※「三共食品 楽天市場店」でご購入いただく場合、別途、送料がかかります。HP をご参照ください。<https://www.rakuten.co.jp/sankyofoods/info2.html>

【三共食品について】

「食べる“わくわく”を世界中に」をキャッチコピーに、食品に欠かせないうまみ成分の素である「エキス」や、本格的な味を再現した「スープ」、インスタント食品などに使う「乾燥野菜」、そして食材としての「乾燥食品」などを製造、販売する「調味料事業」と、外食、中食、給食産業向けの「業務用食品」などを製造、販売する「外食事業」を包括的に展開しています。日本の食を支える食品メーカーとして、食品製造の安全性を確保するための世界的管理基準「HACCP（ハサップ）」を順守、また、食品安全マネジメントシステムの国際規格「ISO22000:2018」並びに「FSSC22000」を取得。日本中へ安心安全な食をお届けしています。年間売上、約 50 億円。今後、海外での展開も視野に入れ、売上 1,000 億円を目指しています。

三共食品 楽天市場店ホームページ <https://www.rakuten.ne.jp/gold/sankyofoods/>

◎三共食品お客様相談室：0120-93-2309（9:00～17:00（土日祝除く））

【三共食品株式会社 概要】

法人名：三共食品株式会社
 代表：代表取締役 中村 俊之
 所在地：愛知県豊橋市老津町字後田 25 番地の 1
 電話：0532-23-2361
 設立：1975 年 12 月 3 日
 事業内容：乾燥野菜、天然調味料エキス、オイルフレーバー、乾燥食品、業務用食品の製造・販売
 ホームページ：<https://sankyofoods.co.jp/>



三共食品 オリジナルキャラクター「リッキー」と「ルイ」

本リリースに関するお問合せ

三共食品株式会社 広報事務局

担当：小野（携帯 090-4948-0868）／杉村（携帯 070-1389-0175）

TEL：03-5411-0066 FAX：03-3401-7788

e-mail：pr@netamoto.co.jp