

○ シシリアンルーージュの『美味・美肌トマト鍋』！



□ 健康増進・習慣病予防に『美肌トマト鍋』

シシリアンルーージュには高い抗酸化作用が期待されるリコピンや体内の余分な塩分を排出する働きのあるカリウムなど、またγ-アミノ酪酸(ギャバ)やアスパラギン酸など健康の維持増進に欠かせない栄養成分がたっぷり含まれています。

□ 『美肌トマト鍋』でお腹すっきり、お肌つやつや

シシリアンルーージュには便秘を予防し肌荒れを防ぐと期待されるペクチンや、紫外線のダメージから肌を守り、シミやしわを防いで美肌を作るのに役立つと期待されるリコピンなども豊富に含まれています。

□ 『美肌トマト鍋』には旨み成分がたっぷり！

シシリアンルーージュには旨み成分のグルタミン酸もたっぷり含まれています。

☆ 作り方は超簡単！



美味しい&ヘルシーの『美肌トマト鍋』



①鍋ににんにくと唐辛子(種抜き)を入れオリーブオイルを注ぎ弱火にかける



②香りが出てきたら湯剥きしたシシリアンルーージュと塩を加える



③煮溶けてきたらベースのソースの出来上がり



④牡蠣や豚バラ肉、ブロッコリーなど好みの具材を入れる



⑤出来上がり！

きれいなひとは 皆んな『とまと』が好き。