

食物繊維・ミネラルの豊富な自然派素材を使った カロリーオフ・低糖質の健康パンご紹介



石窯・天然酵母 アンリエット

つくば市下横場340-2

TEL/FAX 029-836-8867 (裏面地図参照)

E-mail: henriette@nifty.com

HP: <http://henriette.sakura.ne.jp/>

営業; (土)(日)(月) 10時~ 15時

1年6か月の歳月と20回以上の試作を経て、
パンとしての風味と食感を保ちつつカロリー
と糖質を低減した健康パンを開発しました。
滋味深い味わいをお試し頂ければ幸いです。
また食塩量を1/3に減らした『減塩パン』も、
開発済み。個別に相談を受けております。



パンの特徴と栄養成分分析結果

安心・安全な自然派素材を厳選

- 1) 北海道産の全粒粉小麦, ブラン, ライ麦
- 2) 自然培養酵母を用いた低温長時間発酵
- 3) 卵, 乳製品, 油脂, ショートニング不使用
- 4) 以下の食物繊維添加物も不使用
加工・抽出食物繊維, 難消化性デキストリン,
増粘多糖類, 合成甘味料も不使用です。

パン(80g/個)の豊富な栄養成分

- 1) カロリー; 約170 kcal/個, 約2単位
(日本糖尿病学会編食品交換表, 1単位=80Kcal)
- 2) 糖質; 32g/個, 15%前後低減できました!
- 3) 食物繊維; 自然素材で、3倍前後と豊富
- 4) ミネラル分(Fe,Zn,Cu); 豊富(裏面表2参照)

副配合材料にもこだわりました

- 1) おから粉末, こんにやく粉末
- 2) 酒粕発酵粉末, 無塩味噌粉末
- 3) 希少糖 (松谷化学工業製アシュガースウィート)
- 4) サラヤ製ラカントS(99%エリスリトール, 1%羅漢果, ゼロカロリー), 天然素材を原料とした『糖アルコール』の中で血糖値を上昇させないのは「エリスリトール」だけ(注)。

4種類の風味を準備

- ① シンプル素材系
- ② プルーンピューレ系
- ③ 発芽玄米・雑穀系
- ④ ライ麦乳酸発酵系

配合材料の詳細は、店舗内プライスカードに表示

京都高雄病院
江部康二医師
のブログ引用
(2011.09.14)

表1 カロリーオフ・低糖質健康パンの栄養成分分析結果(各100gあたり) (茨城県工業技術センター)

No.	区分・特徴	カロリー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)	食物繊維 (g)	灰分 (g)	ナトリウム (mg)	食塩相当量 (g)
①	シンプル素材系	214	9.0	0.1	37.5	6.7	1.4	310	0.79
②	プルーンピューレ系	221	8.9	0.2	38.8	7.2	1.6	359	0.91
③	発芽玄米・雑穀系	216	9.4	0.2	37.7	6.6	1.5	356	0.90
④	ライ麦乳酸発酵系	229	9.5	0.2	炭水化物 47.4		1.6	355	0.90
比較	日本食品標準成分表 2010【食パン】	264	9.3	4.4	44.4	2.3	1.6	500	2.30

表2 シンプル素材系のミネラル成分分析結果(各100gあたり) (株式会社つくば分析センター)

No.	区分・特徴	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	銅 (mg)
①	シンプル素材系	28	49	2.3	2.2	0.19
比較	日本食品標準成分表 2010 【食パン】	29	20	0.6	0.8	0.11
基準	健康増進法で「多い」と強調できる基準値	210	75	2.25	2.1	0.18

カロリーオフ・低糖質健康パンの開発背景ご紹介と謝辞

私達アンリエットは、**公益財団法人茨城県中小企業振興公社**から公募のあった「平成25年度いばらき産業大県創造基金助成金におけるいばらき地域資源活用プログラムの地域資源育成支援事業」に応募し採択され、これまで「**乳酸発酵技術による栄養価の高い低カロリー低糖質パンの試作開発**」事業を実施展開してまいりました。

この度、本事業の関係機関である『**筑波大学附属病院 病態栄養部 栄養管理室**』、『**茨城県工業技術センター 食品バイオ部門**』さらに『**東郷医院(つくば市館野)**』のご協力や指導の下、**パンとしての美味しさや食感をできるだけ損なわずに、食物繊維やミネラル分が豊富で、カロリーと糖質を低減した安心・安全な健康パンの開発に成功しました。**

ご協力や指導を頂いた関係者へ厚く御礼を申し上げますとともに、**カロリーや糖質を制限されている方々や食育に対して深い関心をお持ちの方々に朗報となることを願ってやみません。**今後も製パン発酵技術の真理に一步でも近づけるように努力を重ねる所存です。

将来、実際の血糖値上昇を示す指標、GI(Glycemic Index)値への効果を検証したい。



<アクセス>

- ・圏央道つくば牛久ICを降りてすぐ近くです
- ・国道408号線と並行した県道202号線沿い
- ・高野台(理研やJICA)近く
- ・アカデミア幼稚園からすぐ
- ・イオンモールつくばからも近い

