

# 読賣新聞

2015年(平成27年)

6月16日 火曜日

## パン作り 筑波大病院協力

食感や風味を損なうことなく、カロリーと糖質が低い「健康パン」を、「石窯・天然酵母パン アンリエット」につくば市下横場、中塚康雄店主(63)が開発した。地元の筑波大学付属病院が材料選びなどで協力するなどし、カロリー制限に取り組みパン好きの人たちに好評を博している。

**低カロリー  
低糖質に**

### つくばで製品発売

同店はオープンした2008年2月から、天然酵母を使ったパンを作っている。健康に良いパンを求める客が多いと知り、13年夏に健康パンの開発を開始。

県中小企業振興公社の助成事業に採択され、入院患者の栄養指導などを行う同病院病態栄養部からは、健康上好ましい材料の配合の割合や栄養成分の計算などについて助言を得るなどした。

北海道産の小麦を中心に、卵やバターを使わず、天然酵母でじっくり発酵させた。低カロリー・低糖質

を追求する一方、風味や食感を損なってはいけないと、20回を超える試作を経て完成した。

風味は「シンプル素材系」「発芽玄米・雑穀系」など4種類をそろえた。低カロリーとは思えない、もっちりとした食感が特徴だ。

県工業技術センターの分析によると、食パンのカロリーは100g当たり264kcal・糖(日本食品標準成分表による)だが、シンプル素材系は同214kcal・糖、発芽玄米・雑穀系は同216kcal・糖。標準的なパンと比べて、カロリーで13



「石窯・天然酵母パン アンリエット」が開発した低カロリー・低糖質のパン

・3〜18・9%、糖質で12・6〜15・5%少ないという。

今年4月に発売すると、カロリーを気にせざるを得ない人たちの評判となり、

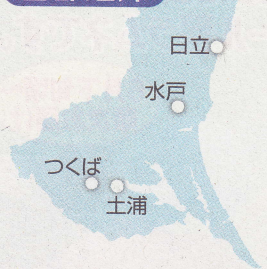
定期的に来店して10個近く買う人もいるという。中塚さんは「4種類の風味から週ごとに1種類を焼いている。注文が多くなったら、一度に焼く種類を増やした

い」と話している。

開店時間は土日曜の午前10時〜午後3時。健康パン(税込み210円)は予約販売のほか、各営業日に十数個を店頭に並べる。問い合わせは同店(電話・ファクス029・8336・8867)。

## 茨城

首都近郊



水戸支局  
〒310-0061 水戸市北見町5-7  
☎ 029-231-3311 Fax 231-3390  
メールはmito@yomiuri.comへ

土浦支局  
〒300-0042 土浦市城北町18-6  
☎ 029-821-0273

つくば支局  
〒305-0032 つくば市竹園3-18-3  
竹園SCビル3F ☎ 029-851-7175

日立支局  
〒317-0061 日立市東町1-21-7  
☎ 0294-22-3311

取手通信部 0297-73-1230  
筑西通信部 0296-22-3372  
古河通信部 0280-32-2031  
鹿嶋通信部 0299-82-1953

ホームページ  
<http://www.yomiuri.co.jp/local/>