

インフルエンザの本格シーズン到来！！
No.1ハンドブレンダーブランド「ブラウン」で新習慣
冬場の体調不良に負けない体づくりをお手伝い
バナナジュースで“ラクでき”体調管理

インフルエンザの流行シーズン*が到来し、体調を崩しやすくなるこの時期には体が必要とする栄養を効率的に補給する習慣をつくるのが体調管理には重要です。ブラウンハウスホールド(デロンギ・ジャパン株式会社本社：東京都千代田区代表取締役社長：杉本敦男)は、53年の歴史を持つNo.1**ハンドブレンダーブランド「ブラウン」の最上位機種である「ブラウン マルチクイック 9 ハンドブレンダー」を活用し、健康管理にうれしい栄養を手軽に補給できるオリジナルドリンクを考案いたしました。体調を崩しやすい冬場においしく、手軽な新習慣を皆様にご提案させていただきます。

*厚生労働省 WEBサイト『インフルエンザQ&A』参照。

参考URL：<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansenshou01/qa.html>

**2018年度46か国において「ハンドブレンダー」カテゴリ-金額シェアリーダー/独立調査機関調べ
ブラウン ハウスホールド HP：<https://www2.braunhousehold.com/>



毎年、冬になると体の不調を訴える人も多く、体調管理に対する関心が高まります。日々の体調管理のために、手洗い・うがいを徹底する方、外出中はマスクを着用する方や除菌グッズを持ち歩く方など、健康を維持するための対策は様々です。

「体調を崩しやすいこれからの季節に備えて、強く健康的な体をつくるには、日頃の食生活が非常に重要」と語るのは管理栄養士の高木祐香先生。高木先生によれば、冬場の体調管理のキーポイントは腸内環境を整え、免疫力を高めるために効率的に栄養を摂取する習慣とのこと。栄養価の高い食べ物をバランスよく摂取することは、体調管理には非常に効果的です。しかし忙しい現代人にとって、体調管理に必要な栄養を習慣的に摂取するには、時間も手間も掛かってしまいます。そこでブラウンは、ネクスト・タピオカドリンクとして注目を集めている“バナナジュース”をベースに、簡単に栄養補給ができ、免疫力を高めるために必要な腸内環境を整える食材をプラスした“オリジナル・バナナジュース”のレシピを高木先生と開発いたしました。どれも「ブラウン マルチクイック 9 ハンドブレンダー」を使ってラクでき、おいしく作れるメニューとなっています。

これから到来する本格的な冬に向け、体調管理が気になる時期に、ハンドブレンダーを使った“オリジナル・バナナジュース”でお手軽且つ効率的な栄養補給の新習慣を取り入れてみてはいかがでしょうか。

製品のお問い合わせ先

ブラウン ハウスホールド マーケティングコミュニケーショングループ

Email: braun-pr.japan@delonghigroup.com

ドリンク摂取の効果的なタイミングについて

冬場の健康管理としておすすめしたいのが「腸内環境を整えて、免疫力を高めること」です。免疫力を高めるための理想的な腸内環境を実現するには「善玉菌を増やす働きを持つ食材(栄養素)」とされる発酵食品や食物繊維、オリゴ糖の摂取がポイントです。今回ご紹介する2つのオリジナルドリンクでは発酵食品や食物繊維、オリゴ糖をおいしく簡単に摂れることを念頭に開発しました。そのため腸内環境を整える善玉菌を増やすお手伝いが期待できる食材を効率的に摂取いただけます。

また腸内環境を整えるには、善玉菌を増やす働きをもつ食材を一度に大量に摂らず、毎日摂り続ける習慣が大切です。オリジナルバナナジュースを飲むタイミングとしては、腸のデトックスタイムである「朝」もしくは「間食」としてお飲みになると効果的に栄養を補給いただけます。特に普段朝食を食べない方は、消化の良い優秀なエネルギー源である“バナナジュース”を朝に飲む習慣作りから始めてみてはいかがでしょうか。

硬い食材もラクラク調理できるブラウンのハンドブレンダーで、皆様も様々な食材を組み合わせ、今日からおいしく健康的なバナナジュース習慣を始めてみてはいかがでしょうか？（管理栄養士 高木祐香）

“オリジナル・バナナジュース” レシピ



「豆乳きなこのバナナジュース」

作り方	材料	分量(g・cc)
①バナナの皮を剥き、一口サイズにカットする。 ②全ての材料を計量カップに入れ、ハンドブレンダー(高速)でなめらかになるまで20秒、攪拌する。 ③お好みのグラスに注ぐ。 ※甘味が足りないときはお好みで「はちみつ」を加えてもおいしくお召し上がりいただけます。	バナナ	約120g
	無調整豆乳	50cc
	プレーンヨーグルト	50g
	きなこ	小さじ1
	くるみ(ロースト)	10g



「甘酒とリンゴのホットバナナドリンク」

作り方	材料	分量(g・cc)
①バナナの皮を剥き、一口サイズにカットする。 ②リンゴは皮付きのまま塩でこすり洗いをし、芯を除いて薄切りにする。 ③全ての材料を計量カップに入れ、ハンドブレンダー(高速)でなめらかになるまで30秒程、攪拌する。 ④攪拌した材料を鍋に移し、沸騰しないように温める。 ⑤器に注ぎ、お好みでシナモンパウダーを振り掛ける。	バナナ	約80g
	リンゴ	約40g
	甘酒(米麹)	100cc
	シナモンパウダー	少々

【高木先生のレシピコメント：豆乳きなこのバナナジュース】

バナナジュース専門店でも人気の「きなこ」フレーバー。ほのかな甘味を感じられる仕上がりのドリンクです。「きなこ」は腸内環境を整える善玉菌のエサとなる食物繊維と大豆オリゴ糖を含む優秀な食材です。さらに腸内環境を整える効果があると注目されている「くるみ」も使用！豆乳きなこのバナナジュースならお手軽に腸内環境を整える効果が期待される食材をおいしく摂ることができます。

【高木先生のレシピコメント：甘酒とリンゴのホットバナナドリンク】

飲む点滴と呼ばれる程、栄養価が高い「甘酒」とバナナで開発した、とろっとした飲み口のホットドリンクです。米麹の甘酒は自然な甘さでアルコールも含まないので、お子様でもお飲みいただけます。さらに食物繊維が豊富な「リンゴ」も皮ごとハンドブレンダーでつぶせるので、調理も簡単！シナモンもプラスした体も温まる、寒い季節にはピッタリのホットドリンクです。

管理栄養士 高木祐香先生紹介



大学卒業後、管理栄養士の資格を取得。株式会社ABC Cooking Studioに入社後、料理講師及び会員集客業務を担当。海外の店舗運営のため、上海への赴任経験有り。赴任中には、本場中国で漢方・薬膳を学ぶ。帰国後、国際薬膳師の資格を取得する傍ら、本社ヘルスケア事業部へ異動。料理・セミナー講師、健康レシピ開発、メディア出演など食と健康にまつわる幅広い業務を担当。2016年に独立。幼少期に経験した闘病生活を機に、予防医学を伝える癒しの「食医」を目指す。現在は出張料理・セミナー講師、レシピ開発、食事指導、コラム執筆や復興支援活動などで活躍中。

世界初「アクティブブレードテクノロジー」搭載で、 硬い食材も一瞬で攪拌

「アクティブブレードテクノロジー」は、シャフトが上下に伸縮することで、従来より攪拌範囲を2.5倍拡大*。食材をより細かく均一に攪拌し、これまでよりもさらに滑らかな仕上がりが可能となりました。硬い食材を攪拌でき、長芋のような粘りがある食材も一瞬でとろろ状に。

* 攪拌試験等において。2017年4月De'Longhi Braun Household GmbH調べ



業界初スマートスピードテクノロジーで、 スピード調整が自由自在

「スマートスピードテクノロジー」の搭載で、自分の手の感覚でスピードコントロールが可能に。大きいボタンの握り具合によってスピードが変化し、食材に合わせてスピードを自由に変えられます。食材のつぶし具合を感じながら、思いのままに繊細な調理が可能です。



パワーベルテクノロジープラスで、 飛び散りにくく、均一でなめらかな仕上がり

ブラウン独自の特許技術「パワーベルテクノロジープラス」を採用。しっかり食材を巻き込むので、なめらかな動きでスピーディーに食材をつぶしたり、混ぜたりすることができます。調理中の食材の飛び散りが従来製品よりさらに少なくなりました。キッチンや衣服を汚す心配が少ないので、いつでもどこでも安心してお使いいただけます。



握りやすく疲れにくい、使いやすさを 考慮したデザイン設計

独自の人間工学に基づいたスリム&フィット形状のグリップは手になじむだけでなく、しっかり持てて滑りにくい設計。ハイパワーの使用時でも調理しやすく設計されているので、手間がかかり避けてきたメニューも思いのまま。コーヒー豆や、アボカドの種までもつぶせるパワーです。



アタッチメントの交換もスムーズ

「イージークリックシステムプラス」でアタッチメントの交換が簡単になりました。使いたい機能にすぐチェンジできるので、お料理の段取りや流れを妨げることなくスムーズに調理ができます。



収納も、お手入れも簡単

アタッチメントは取り外しができるから、コンパクトに収納できます。お手入れも、付属の専用計量カップにぬるま湯と食器用洗剤を数滴入れ、ボタンを押すだけ。刃についた食材もスリリときれいに。スポンジいらずの手軽さでお手入れできます。



【製品情報】

- 製品名：ブラウン マルチクイック 9 ハンドブレンダー
- 型番：MQ9035X
- サイズ(mm)：幅x奥行x高 70x70x410
- 電圧・周波数：AC 100V 50-60Hz
- 消費電力：500W
- 回転数(ブレンダー装着・ターボ時)：12,800 回
- 価格：オープン価格
- セット内容：本体／アクティブブレードシャフト／チョッパー／泡だて器／専用計量カップ
／専用スパチュラ／オリジナルレシピブック



【製品情報】

- 製品名：ブラウン マルチクイック 9 ハンドブレンダー
- 型番：MQ9075X
- サイズ(mm)：幅x奥行x高 70x70x410
- 電圧・周波数：AC 100V 50-60Hz
- 消費電力：500W
- 回転数(ブレンダー装着・ターボ時)：12,800 回
- 価格：オープン価格
- セット内容：本体／アクティブブレードシャフト／フードプロセッサー(カッター、刃ツールx3種、こねペラ)
／泡だて器／専用計量カップ／専用スパチュラ／オリジナルレシピブック



レシピ公開中

ブラウン ハンドブレンダーの特設レシピサイトでは、今回ご紹介した“オリジナル・バナナドリンク”の他にも様々なレシピをご紹介しております。日々の食卓をお手軽に彩ることが可能なレシピやご友人を招いたパーティーでも活躍するような簡単、お手軽なレシピを各種掲載しております。この機会にぜひ、ブラウンのハンドブレンダーをお試しいただき、ご家族やご友人とハンドブレンダーのある素敵な生活をお楽しみください。

- ブラウン ハンドブレンダー特設レシピサイト：<https://www2.braunhousehold.com/ja-jp/recipes>