

おいしく お勉強!



あじのも中長

やさしい



栄養
バランス編

こんなにすごい! うま味のきいた「汁物」

こんなにすごい! うま味のきいた「汁物」1

やさい ゆ
野菜は茹でることで

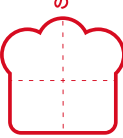
かさが減るので、汁^{もの}では

い^ちど にたくさんの野菜を

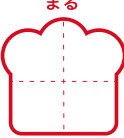
とることができます。



こんなにすごい!うま味のきいた「汁物」2

スープまで  みほせる

「汁物」は、溶け込んだ栄養素を、

逃すことなく  ごとカラダに

とり込むことができます。

こんなにすごい!うま味のきいた「汁物」3

汁  の出汁(だし)に含まれる

うま味成分(アミノ酸)は

食欲スイッチをONにし、  化・

吸収をサポートしてくれる

働きがあります。



答えは、AJINOMOTO Parkへ▶

