



ほうれん草や豆乳が
苦手な方にこそ
飲んで欲しい!!

国産無調整豆乳 SOY Milk と 素肌美人® ほうれん草 のスムージー

材料 (2人分)

- 国産無調整豆乳SOY Milk..... 1パック (200ml)
- 素肌美人® ほうれん草..... 1/2パック (約80g)
- バナナ..... 1/2本 (正味60g)
- キウイ..... 1個 (正味120g)
- はちみつ..... 小さじ2 (14g)
- 氷..... 2個

作り方

- ①素肌美人®ほうれん草は根元をよく洗い、3~4cmに切る。
バナナとキウイは皮をむき、適当な大きさに切る。
- ②全ての材料と国産無調整豆乳SOY Milkをミキサーに入れて滑らかになるまで攪拌する。
- ③グラスに注いで完成。

<今回のレシピで使用了商品 と 生産者の声>

国産無調整豆乳SOY Milk

国産皮むき大豆100%使用。美肌をサポートするイソフラボン、食物性のたんぱく質が豊富でキレイと健康を守る豆乳飲料です。



九一庵食品協業組合
食品管理課 島崎貴裕



商品の
詳細はこちら

素肌美人®ほうれん草

こだわりの土で育ち、収穫後は手作業で土を落とし、丁寧に袋詰め。えぐみの少なさとしなやかさが自慢で、ぜひ生のままでも食べていただきたい一品です。



有限会社 田中農園
代表 田中孝



商品の
詳細はこちら

レシピを教えたのは 山川陽子

料理家。長崎市で料理教室 (COCOLABO Kitchen) とカフェ (BAMBOO Cafe) を運営。『食べることは生きること』をコンセプトに、作る楽しさ、食べる幸せ、食べてもらえる喜びを伝えていきたいという想いで、テレビや雑誌、学校での講演等、多方面で活動しています。



他のレシピや
料理教室の
情報はこちら



COCO が Point

田中農園の『素肌美人®ほうれん草』はえぐみが全くなく、生のまま根元までまるごとおいしくいただけます。九一庵食品協業組合の『SOY Milk』とバナナのまろやかな甘みに、キウイの爽やかな酸味とつづつ、食感を加えることで飲みやすさはもちろん、満足感もUP! ほうれん草や豆乳が苦手な方にこそ、飲んでいただきたいスムージーです。