

Recommendation List

- May -



さくらんぼ FROM 山形県or山梨県

鉄分を多く含み貧血の改善に期待できます。デトックスに効果のカリウムも豊富に含まれます。



明日葉 FROM 東京都

髪や皮膚の健康維持に効果的なβカロテンやデトックス効果に期待ができる食物繊維を多く含みます。

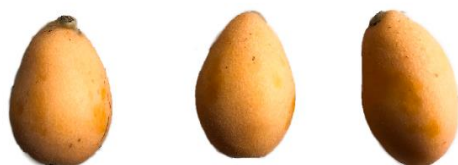


ピーマン FROM 茨城県

ビタミンC、β-カロテン、ビタミンB1、B2、ビタミンE、ビタミンD、ビタミンPとビタミンの宝庫で美容効果やアンチエイジングに期待できます。

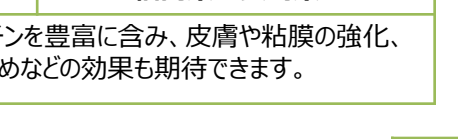
水なす FROM 大阪府

水茄子の皮の色には（少し濃紺がかった紫色）ナスニンというアントシアニン系色素、ポリフェノールの一種が含まれております。体に優しい野菜です。



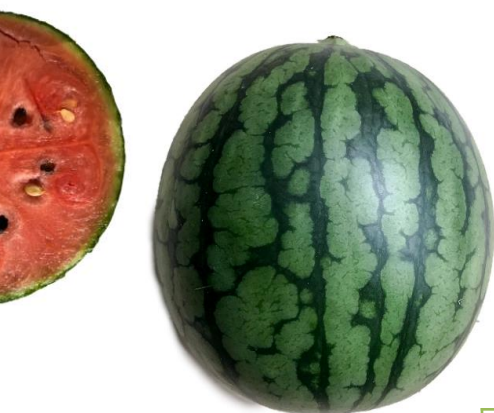
びわ FROM 福岡県or長崎県

カロチンを豊富に含み、皮膚や粘膜の強化、咳止めなどの効果も期待できます。



小玉すいか FROM 群馬県

血管を若返らせるシトルリンが含まれ、デトックス効果やむくみ予防のカリウムを含みます。爽やかな甘みの高いすいかです。



ゴールデンキウイ FROM ニュージーランド

レモン 8 個分のビタミンCを豊富に含みます。食物繊維やカリウム・葉酸等美容食材です。

アイスプラント FROM 佐賀県

ビタミン・ミネラルを豊富に含みます。中性脂肪を抑えるミオイノシトールや血糖値を下げるピニトールを含みます。



皮つきヤングコーン FROM 沖縄県or愛知県

動脈硬化に効果的なリノール酸や貧血予防の葉酸が豊富に含まれます。



アスパラ FROM 栃木県

アミノ酸の一種であるアスパラギン酸を多く含むのが特徴で、疲労回復や美肌に効果を発揮します。

