

『はなまるママ』の美味しい
健康料理のかしこ技

毎日のお料理に使う…。
ただそれだけで知らず知らずに
家族のみんながイキイキ
元気になるという、からだにいい
「玄米まるごと調味料」です。



ご飯を炊く時に…

ふっくら、つやつやの
仕上がり。

“はなまるママ”をお米2カップには
10ccを、3カップには15ccを加えて炊
きましょう。(水加減はあらかじめ、この
分を少なめにしておいてください)



おみそ汁・スープに…

グ〜んとまろやかなコクと
旨み。

だし汁に“はなまるママ”を3〜4人分
で15ccを目安に入れます。みそ汁やス
ープの調味料としての味付けは、後か
ら控えめに加えてください。



天ぷら・フライを揚げる時に…

素材の旨さをとじこめ、
衣も軽くサクサク。

材料に“はなまるママ”を少々振りかけ
ておきます。衣を溶く冷水に“はなまるママ”
を3〜4人分で10ccを目安に加えておき
ます。(フライの場合は溶き卵に加えます)



煮物に…

煮くずれなく、
やさしい味に仕上げる。

具、だし汁に“はなまるママ”を3〜4
人分で15ccを目安に先に入れておき
ます。味付け調味料は後から控えめ
に加えてください。



炒め物に…

油がパツと軽くなり、
仕上がりもシャキッ!

肉、魚、野菜などの材料を順にフライパ
ンに入れ、“はなまるママ”を3〜4人分
で15ccを目安に加えて炒めます。味付け
調味料は後から控えめに加えてください。



焼き魚・焼肉に…

素材の鮮度アップと、ふっ
くらジューシーな仕上がり。

材料に“はなまるママ”を少々振りか
けて、しばらくおいてから焼いてください。



お刺身・冷奴・納豆・漬物などに…

低塩しょうゆで
ひと味アップ。

“はなまるママ”4に対し、しょうゆ1の
割合で混ぜて、特製の低塩しょうゆの
で仕上げ。食卓において使えば、美
味しさと健康の一举両得です。

からだに元気玄米調味料

アミノ酸
15種類含有

はなまる
ママ



玄米とギョツと絞ったら
黄金色に輝く
元気調味料ができました。



はなまる
ママ

こんな調味料です。



玄米成分たっぷり!
玄米醱酵
エキス



自然塩でミネラル豊富
低塩7.1%



家族元気の源
15種類の
アミノ酸



ご家庭でプロの味
旨み成分
ぎっしり



素材の色鮮やかに
透き通った
黄金だし

■玄米醱酵アミノ酸調味料■

栄養成分表示(100g当たり)

エネルギー	79 Kcal
たんぱく質	0.5 g
脂質	0 g
炭水化物	14.4 g
食塩相当量	7.1 g
グルタミン酸	72 mg
アラニン	39 mg
アスパラギン酸	36 mg
グリシン	30 mg
アルギニン	24 mg
バリン	9 mg
プロリン	7 mg
ロイシン	13 mg
リジン	7 mg
フェニルアラニン	9 mg
セリン	6 mg
イソロイシン	6 mg
スレオニン	4 mg
メチオニン	2 mg
ヒスチジン	3 mg
灰分	7.4 g

分析/財団法人 食品環境検査協会



- 名称 玄米醱酵アミノ酸調味料
- 原材料名 玄米(国産)、食塩
- 賞味期限

- 内容量 720ml
- 保存方法 常温保存可能
ただし長期間使用しない時は冷暗所
にて保存してください。

- 販売者 株式会社 ライフメール
静岡県駿河区高松2丁目15-26
tel. 054-237-3301

- 製造所 株式会社 フルーツバスケット
静岡県田方郡函南町丹那349-1



“はなまるママ”で作ったお料理は、
家族の笑顔と一緒に毎日の健康も手に入ります。