

天然だしと乾物の楽しいお店

※手作りのできたて【ご試食のレシピ】を、公式ブログで公開しています。浜喜HPからアクセスして下さいませ！

5月・6月は**お友達ご紹介キャンペーン**期間

ご紹介した会員様も、お友達も、
当日のお買上から**10%引き**させていただきます！

●5月1日(火)～6月30日(土)の間に【**だし司浜喜会の新規会員**になっていただけのお客様】をご紹介下さい。ご紹介人数に制限はありません。ご紹介頂くたびに、キャンペーンが適用されます。何卒、よろしくお願い申し上げます。

新しく会員になって頂けるお友達と一緒にご来店下さい。会員様のご都合が悪い場合は、お友達のみのご来店でも OK です。その場合は、会員様のお名前を教えてください。いずれの場合も、お友達のご来店は必須です。



今年も入荷しました！

スーパーフード

あかもく



スーパーフード【あかもく】とは

わかめ、めかぶ、昆布などと同様、褐藻類に属する海藻です。栄養に富んだ浅海が生育に適していて、生命力がとても強く、長くなると7mぐらいにまで成長します。浜喜では、冷凍あかもくを1袋125円(税抜き)で販売しています。

あかもくのパワー① 花粉症

腸の免疫細胞が刺激され、症状を抑える物質が増えます。研究でもこれを裏付けるデータが出ています。花粉症への効果を実感するには、毎日少量ずつ摂取することをお勧めします。

あかもくのパワー② ダイエット

フコキサンチンという色素に、抗肥満の働きがあることが報告されています。長期にわたって摂り続けると、体脂肪・体重・腹囲の減少が確認されたという研究結果もあります。またアカモクのぬめり成分であるアルギン酸は、便量を増加させてお通じを促す効果があります。

あかもくのパワー③ 免疫力

ネバネバ成分の水溶性食物繊維、フコイダンが腸内で善玉菌のえさとなり腸内環境を整えます。そのため、免疫力が上がり、健康長寿につながります。

あかもくのいろいろなパワー

抗がん作用、胃を守る効果(抗ピロリ菌作用)、抗アレルギー効果、コレステロール低減、血糖値や血圧の上昇抑制作用(動脈硬化・糖尿病・高血圧予防効果)、腸内環境の改善など。



5月 お友達ご紹介月間

→5月は、スーパーフード【あかもく】と【麦茶】のセールを開催します！特にあかもくは、おすすめです。

日	月	火	水	木	金	土		
 ※利きだしクイズの様子	1	2	3	4 (休)	5 (休)			
6 (休)	7	8	9 (休)	10	11	12		
【あかもく】10%引き						●かつお節けずり 1分間チャレンジ (7:00～10:00 頃)	ご試食朝7時～ 茎わかめと 牛肉のしぐれ煮	
13 (休)	14	15	16 (休)	17	18	19		
					●利きだしクイズ (7:00～10:00 頃)	ご試食朝7時～ 大豆のマリネ		
20 (休)	21	22	23 (休)	24	25	26		
【麦茶】10%引き 麦茶の日記念				●市場で【だし】 クッキング お料理教室 (10:30～12:30)		ご試食朝7時～ ひじきの 真っ黒ずし		
27 (休)	28	29	30 (休)	31	 ●田嶋万由子さんの【市場でだしクッキング】♪(水戸公設市場内)【NHK文化センター水戸教室】029-233-1715にお気軽にお申し込み下さい！			

6月 お友達ご紹介月間

→6月は、【深むし茶】と【おにぎりのり】のセールを開催します！詳細はカレンダー内をご確認下さい。

日	月	火	水	木	金	土		
					1	2		
						ご試食朝7時～ わかめとアボカドの 酢の物		
3 (休)	4	5	6 (休)	7	8	9		
【深むし茶4種類】10%引き						●かつお節けずり 1分間チャレンジ (7:00～10:00 頃)	ご試食朝7時～ きざみ昆布と大豆 切干大根の煮物	
10 (休)	11	12	13 (休)	14	15	16		
					●利きだしクイズ (7:00～10:00 頃)	ご試食朝7時～ 春雨ひき肉 バジルサラダ		
17 (休)	18	19	20 (休)	21	22	23		
【おにぎりのり3つ切り3種類】10%引き おにぎりのりの日記念						ご試食朝7時～ 高野天と 野菜のディップ		
24 (休)	25	26	27 (休)	28	29	30		
				●市場で【だし】 クッキング お料理教室 (10:30～12:30)		ご試食朝7時～ ゴボウと油麩の 柳川風		

☀【利きだしクイズ】の予告☀5月は【あかもく】と【もずく】食べ比べ。6月は【普通の緑茶】と【深蒸し茶】の飲み比べです。お楽しみに！

☀【かつお節削り一分間チャレンジ】☀毎月第二土曜日(午前7時～10時)のかつお節を削るイベントです！リピーターのお客様も続出のイベントに、是非一度チャレンジしてみてください。(会員様限定イベント)

だし司浜喜HP
浜喜のお得な情報や最新情報をチェックできます→

だし司浜喜ブログ
ご試食としてお出したお料理のレシピを大公開→

