

～食養学入門～第2章 食養の実践と理論

ご飯が主食の位置を保てるのは、必須アミノ酸(体内では作れない)がすべて含まれているからです。玄米雑穀にゴマ塩を食の中心の柱とすれば、次に何を食えばよいでしょうか？それは味噌汁です。つまり豆なのです。豆が熟成されて味噌になると非常に有益なのです。

実は米にはリジンという必須アミノ酸は少ししか含まれていませんが、豆にはリジンが豊富に含まれています、これで一生生きていけますね！！

「食養学入門」BL研究所本文要約



商品紹介

うまい米でつくったカレー粉



(約6皿分)

税込 1コ 648円

3コ 1,620円

うまい米焙煎米粉と有機味噌でつくった 家族みんなで食べられる美味しいカレールー

植物由来原料100%

小麦・動物由来原料・化学調味料・遺伝子組換え原料・保存料、合成着色料を使っていませんので、体にやさしいです！

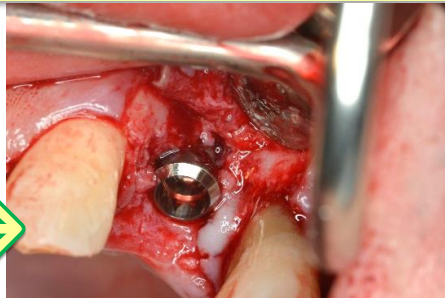
小麦ではなく米粉を使用してます。アレルギー体質の人にはもってこいです！作り方は市販のカレールーと同様、炒めて煮た具に溶かし入れます。ほんのり味噌の隠し味が利いた昔ながらのカレーです。

是非食べてみて下さい♪

(株)インディヴィマックス社説明書から



昔、抜歯した所がへこんでるう



骨をサンドイッチみたく ぶんくませせて～



インプラントの歯がはいりました～♪

スタッフから一言

助手の阪本です。今年は花粉が去年以上にひどいですね。みなさんは大丈夫ですか？私は毎年花粉症にかかったのかな～程度で終わります。花粉は蓄積されるとのことなので、年々酷くなるのかと思うと嫌です。玄米デトックスすると治るかもよbyまのもう桜の季節ですね。毎年、石神井川沿いに咲く桜を楽しみにしています♪



4月の休診日は？

5(日)12(日)20(月)

6(月)は14:30からの診療です。

23(木)は勉強会の為、

16:30までの診療です。

