

## パン **いろいろ** おいしくいただく豆知識

ミルクにぴったりで毎朝の食卓に欠かせないパン。種類や、上手な切り方・保存法を知って、もっとおいしくいただきますよ！

### ① フランスパン【フランス】

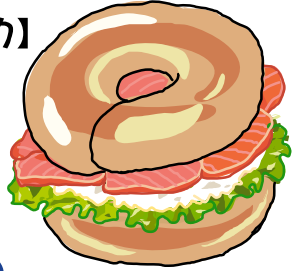


小麦の香りがしっかり感じられます。細長いのがバゲット、太めはバターロール、丸いのはブール。

**切り方**  
ガスコンロなどで熱した包丁を使うときれいに切れます。

**保存法**  
カットしてからラップなどで密封して冷凍庫へ。食べるときは、温めたトースターに凍ったまま入れて解凍しましょう。

### ② ベーグル【アメリカ】



**切り方**  
しっかりした生地なので包丁できれいに切れます。

**保存法**  
ラップやビニールで包んで冷蔵庫で2~3日保存できます。電子レンジで温めるともちもち、トースターで焼くとカリカリした食感に。

生地をゆでてから焼くため、もちもちと弾力のある食感。シンプルな味わいで低脂肪。

### ③ デニッシュ【デンマーク】

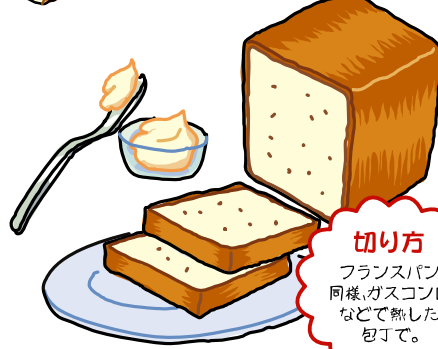


デニッシュとは「デンマークの」という意味。バターを折り込んだ生地は、さくっと風味豊か。

**切り方**  
層をくずさないよう、スバッと引き切りを。あればピザカッターが便利。

**保存法**  
ラップなどで密封して冷凍保存し、自然解凍でいただきます。

### ④ 食パン【日本】



オーソドックスで飽きずに食べられます。あんパン、メロンパンなどと同様、日本で発展したパン。

**切り方**  
フランスパン同様、ガスコンロなどで熱した包丁で。

**保存法**  
フランスパン同様、カットしてからラップなどで密封して冷凍庫へ。温めたトースターに凍ったまま入れて解凍しましょう。

## 今月のヘルシーメモ

## 宅配の森永カルダスで毎日元気!

アクティブに活動したい季節ですね。カルシウムや鉄分、ビフィズス菌など、栄養価の高い森永カルダスを朝食のおともに、1日を元気にスタートさせましょう。

特定  
保健用  
食品



180ml



森永カルダス

宅  
配  
専  
用  
商  
品

お届け価格：130円(税込み)/1本

☆配達曜日に合わせて1本からお届けします。  
☆通常の配達に合わせて、月数回のお届け等、ご希望を承りますので、お気軽にお問い合わせください↓  
☆お問い合わせ・お申込みは、お電話等どうぞ