



「乳酸菌ヘルベ」

～「乳酸菌ヘルベ」特集～

雪印メグミルクは、お客様一人ひとりの声に耳を傾け、その声を大切に活かしていくことによって、おいしい商品をお届けし、お客様に満足いただけるようサービスの向上に努めてまいります。そしてお客様センターは、「豊かな食生活」や「健康づくり」に貢献できるような、お客様とのコミュニケーションの窓口でありたいと考えております。

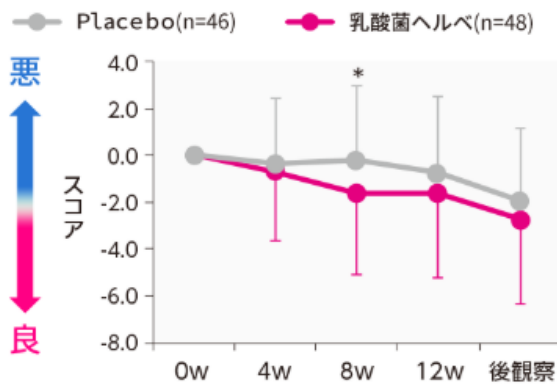
目鼻の不快感を緩和する「乳酸菌ヘルベ」



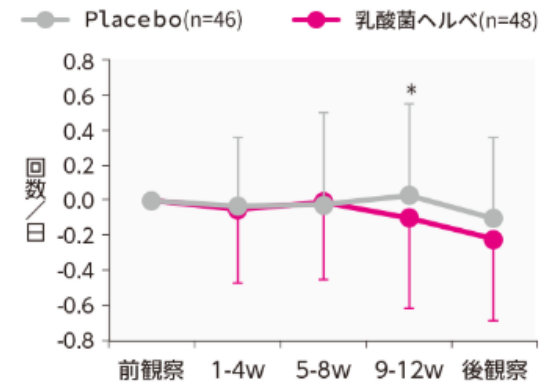
「乳酸菌ヘルベ」は雪印メグミルクの保有する3,000株の乳酸菌から選抜された機能性乳酸菌のひとつです。正式名称は、「*Lactobacillus helveticus* SBT2171株(ラクトバチルス ヘルベティカス SBT2171株)」といいます。健康機能に関する様々な研究が行われており、「乳酸菌ヘルベ」を10億個配合したドリンクタイプのヨーグルトの摂取によってハウスダストやダニによる目や鼻の不快感が緩和することが報告されています。

健常者を対象にした臨床試験における効果

目と鼻の不快感 合計※¹ (変化量)



くしゃみ回数 (変化量)



※¹ 水っぱな、くしゃみ、鼻づまり、鼻のかゆみ、目のかゆみ、涙目の6項目の合計

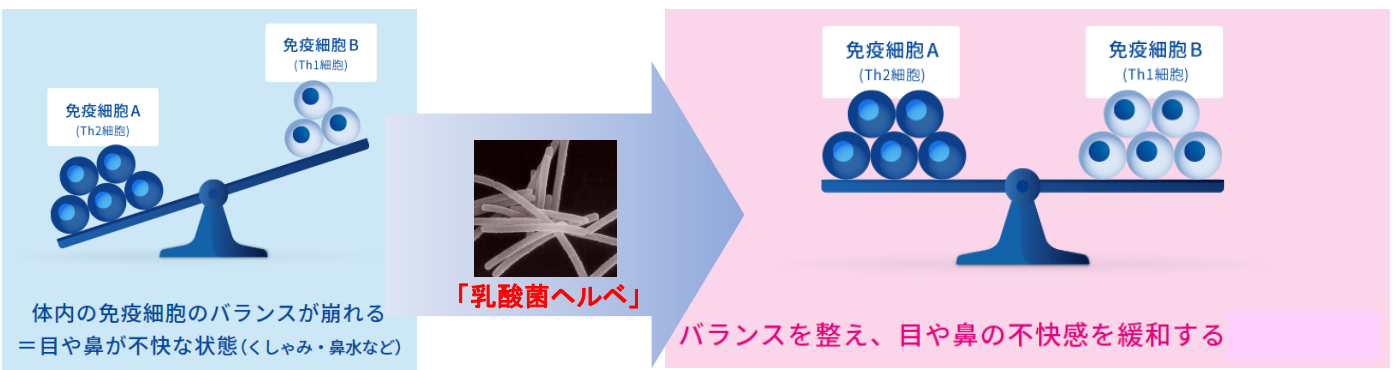
means ± SD (プラセボ:n=46, 乳酸菌ヘルベ:n=48)
Mann-Whitney U test (*p<0.05)

Yamashita et al. *Funct. Foods Health Dis.* 9(1), 52-78 (2019)

「乳酸菌ヘルベ」を含むドリンクヨーグルトの継続摂取により、ハウスダストやダニによる目や鼻の不快感が、「乳酸菌ヘルベ」を含まない一般的なドリンクヨーグルトの摂取と比較して有意に緩和されました。

「乳酸菌ヘルベ」の想定される作用メカニズム

「乳酸菌ヘルベ」は体内の崩れた免疫バランスを整える(Th2という免疫細胞の過剰な増殖を抑制する)ことで、目や鼻の不快感を緩和するものと考えられます。

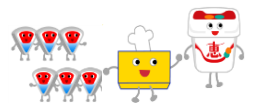


雪印メグミルクはこれからも乳製品の新たな可能性を追求していきます

制作: 雪印メグミルク株式会社 お客様センター (Vol.23 発行20.04)

この内容に関するお問い合わせは 0120-301-369(年中無休 9時~19時)までお寄せください。

春の野菜と簡単レシピ



小鍋ひとつでグラタン風♪新じゃが、新たまねぎでお試しを！

調理時間
15分

246kcal
(1人分)



調理時間
20分

633kcal
(1枚分)



調理時間
10分

311kcal
(カマンベールチーズ1個分)

じゃがいもとチーズのミルク重ね煮



【材料】(4人分)

雪印メグミルク牛乳…200ml ジャがいも…2個 たまねぎ…1/2個 ベーコン…3枚
スイートコーン缶詰(ホールタイプ)…50g 雪印北海道バター(10gに切れてる)…20g
スライスチーズ(7枚入り)…3枚 塩・こしょう…各少々 パセリ(みじん切り)…適宜

【作り方】

- 1) ジャがいも、たまねぎは薄切り、ベーコンは1cm幅に切る。
- 2) 小鍋に1/3量のじゃがいも、たまねぎ、ベーコン、スイートコーン缶詰、スライスチーズの順に重ねる。同様に2~3回繰り返す、バターをのせ、牛乳を注ぐ。
- 3) 塩、こしょうをふり、オープンシートで落しぶたをして、中火にかける。ふつふつとしてきたら弱火にし、水分がなくなるまで煮る。
- 4) 仕上げにパセリのみじん切りを散らす。

～ワンポイントアドバイス～

煮立ったら焦げやすいので、火加減に注意しましょう。

具材をのせるだけの簡単ピザ！

旬の食材をプラスすると手軽に季節を感じる事ができますよ♪

【材料】(1枚分)

とろけるナチュラルチーズ ピザ用…50g ピザクラスト…1枚 ピザソース…40g
アスパラガス…1本 ベーコン…1枚 ミントマト…2個 バジルの葉…適宜

【作り方】

- 1) アスパラガスは斜め薄切り、ミントマトは薄切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
- 2) ピザクラストにピザソースをぬり、チーズをのせる。
- 3) 1)の具材をのせて250℃に予熱したオーブンで10分焼き、お好みでバジルの葉をのせる。

アスパラとベーコンのピザ



調理時間10分！簡単レシピ

お好みの野菜やパンと一緒にどうぞ！

【材料】(2~4人分)

雪印北海道100 カマンベールチーズ…1個 お好みの具材(ミントマトなど)…適量

【作り方】

- 1) カマンベールチーズをフライパンにのせ、弱火~中火で焼き目がつくまで焼く。
- 2) 焼き目がついたらひっくり返し、もう片方の面も焼き目がつくまで焼く。(カマンベールチーズの表面が膨らんできたら食べごろ)
- 3) ミントマトなどお好みの野菜を添え、スプーンなどですくっていただく。

～ワンポイントアドバイス～

焼いたカマンベールチーズに包丁を入れると、中身がとろりと流れ出します。火傷などにご注意ください。フランスパンですくって食べるのもおすすめ！

焼きカマンベール



お客様からご要望のあった表示を改善しました。『とろけるチーズ』シリーズ

以前より多数お寄せいただいていたお声です。今回、食品表示法改正のタイミングに合わせて裏面に栄養成分表を記載しました。

栄養成分を
表示してほしい！

裏面に栄養成分を
表示しました！



栄養成分表示 100g当たり			
エネルギー	388kcal	炭水化物	0.0~8.1g
たんぱく質	26.8g	食塩相当量	1.6g
脂質	28.3g	カルシウム	840mg
飽和脂肪酸	17.9g		[雪印メグミルク(株)調べ]



※上記以外の『とろけるチーズ』シリーズも同様に表示しました。

これからも、お客様のお声を活かした商品づくりを目指します。

レシピをもっと知りたい方は『雪印メグミルクのお料理レシピ』をチェック！

<https://www.meg-snow.com/recipe/>

雪印メグミルク お料理レシピ

検索