腸から自然治癒力がつくられる

シリーズ6

乳酸B

楽しく生きる生活革命

国際健康研究所所長　金子今朝夫

乳酸B‼　ほんの数滴
健康を増進し
生活を豊かにし
味の真価を高めて
生活革命を起こす必需品です。

(I)　食生活革命

食生活の中心は食味の追求と栄養のバランスの良さにあると思います。それを支える重要な要素に鮮度保持、保存性、消化吸収、食中毒の配慮などがあります。乳酸Bはどの項目にも対応できるため生活の必需品といえます。

その一つ一つを具体的に紹介しましょう。

①　炊飯

お米カップ一杯（一合）に、乳酸Bを一～二滴入れて炊くと、ふっくらして、風味もよく、米本来の味を楽しめます。

②　煮物（野菜類、魚貝類）料理

煮込む水に、乳酸Bを五～六滴入れると型が崩れずおいしく煮上がります。

③　焼魚の料理

水一〇〇ccに乳酸Bを十滴入れ、その水に十分程度浸してから、水滴を拭きとり焼くと鮮度が良く、魚の悪臭が消え、魚特有の風味が味わえます。

④　肉類の料理

調理するまえに、肉の両面に五～六滴ずつ添加してよくすりつけるようにし、軽くたたきます。薄切り、細切れのときは十滴くらいを散布して良く混ぜ合わせてから料理すると、肉質がやわらかく、肉の風味をよくし、消化もよくなります。

⑤　カレーライス、シチュー料理

材料煮込みの前に乳酸Bを五～六滴添加してから加熱料理しますと、それぞれの材料の風味がよく、悪臭を取り去り、豊かな味わいを呈します。

⑥　天ぷら料理

加熱するまえの油に乳酸Bを五～六滴入れる（加熱してからの添加はハネ返されて効果はありません）乳酸Bを入れると油の酸化を防止し、悪い油臭を除き、風味よく、カラッとあがり、美味しさが増します。

(II)　鮮度保持革命

鮮度を求められるものに生鮮三点といい、肉、魚、野菜類があります。乳酸B液は肉屋さんで実験したところ、野菜類でも、魚類で実験したときもすべて鮮度が復活する傾向があります。特に鮮度に敏感な魚類については十数年以前から鮮度保持剤として遠洋漁業、身欠ニシン加工用、サシミの鮮度保持に利用され大変好評です。

①　魚介類の鮮度保持

姿の鮮魚（いわし、さんま、えび、いか等）三〇〇ccの水に乳酸B十滴

乳酸Bの主な取扱い店

国立ガンセンター（築地）　売店
癌研究会附属病院　売店
順天堂大学医学部附属順天堂病院3号館　売店
聖マリアンナ医科大学病院　売店
聖マリアンナ大学横浜病院　売店
昭和大学病院　品川旗の台　売店
北里大学病院　相模原市北里売店
日本医科大学千葉北総病院　売店
国立療養所東京病院　売店
東京女子医大病院　売店
JR東京総合病院　売店
大沢眼科内科　サンシャイン60内
スダ薬局　癌併指定薬局
富士見薬局　癌研指定薬局
池袋東武百貨店地下二階健食売場
池袋西部百貨店一階健食売場
新宿小田急百貨店八階健康プラザ
上野松坂屋　地下二階　健食売場
玉川高島屋　地下一階　健食売場
有楽町そごう　地下一階　健食売場
千葉そごう　地下一階　健食売場
木更津そごう　地下一階　健食売場
松戸伊勢丹　地下一階　健食売場
津田沼パルコ　地下一階　健食売場
ナチュラルハウス

添加し、十分～二十分この中に浸してから、ラップで包み冷蔵保存をすると鮮度が保たれ、悪臭もなくなります。

②　肉類の鮮度保持

乳酸Bをそのまま噴霧するか塗布し、ラップで包み冷蔵すると鮮度もよく、肉質もよくなります。

③　野菜類の鮮度保持

野菜は乳酸B一〇〇〇倍液に浸すだけで生き返ったようになります。農薬排除にも役立ちます。

(III)　味覚改良革命

美味しさを求める欲には際限がありませんが、最高の味は自然味につきると思います。乳酸Bは不自然な悪臭や悪味を排除して、その食品特有の天然の味を引き出す特色があるほか、刺激的な臭いが消え、味はまろやかになります。

①　調味料の改良

酢にはツウンとむせるような刺激臭がありますが、中瓶に五～六滴乳酸Bを入れるだけでそれが消え、味が実にまろやかになります。

醤油、味噌、みりん、ソース、ケチャップ、ドレッシングなどにも中瓶なら五～六滴入れるだけで自然味が湧いてきます。

②　嗜好類の改良

酒ならトックリに一～二滴、入れるだけで二級酒が一級酒かもしくはそれ以上のうまみが出ます。ウイスキーの水割り、焼酎のお湯割りのコップに一～二滴添加しますと風味、舌ざわりに高級感覚を嗜めます。

ビールなら小コップ一滴、中ジョッキに二滴ほどで風味がよくなるばかりでなく、飲み口がよくなります。

ワインはグラスに一滴で自然でエレガントな味を楽しめます。

どんな酒類でもほんの一～二滴で風味が改良されて、二日酔いがしないという定評があります。その理由は、乳酸Bは腸内細菌の有効菌を活性化し、有害菌を抑制する働きがあるためと、肝臓ではアルコール分解酵素の活性化に働くためと考えられております。

各種果実ジュース類も一～二滴で酸味も味も極立ってよくなり、健康や美肌の改善にも効果的です。

(IV)　生活危機革命

O－一五七の感染騒動から、野菜も危険、魚介類、そして肉類とどれをとっても感染食品でないかとピリピリ神経が走る。そんなことから行政は衛生強化作戦として、殺菌剤、洗毒剤、煮沸などとすべての細菌の抹殺作戦に出ましたが、そう簡単には消滅せず、細菌は変装したり、再教育を受けてより強力になり、報復するという争いは絶えることはないのです。人間は殺菌剤や消毒剤などを強化すればするほど、次第にからだの免疫力が低下して細菌感染をしやすくなります。

乳酸Bには十二月号に紹介している通り、殺菌作用がありますが、有用細菌とは共棲できる特性と、細菌に対する抵抗力の強化作用、つまり自然免疫力の強化作用があるので細菌に強い体質を造る特徴があります。

乳酸Bの愛用者は、通常の衛生生活をする限り、特に神経をいらだたせず安心して生活をすることができます。また、乳酸Bは不衛生な水や食中毒を防御する強力な味方となるため、災害時の必需品として備えておきたい一品です。

軽い傷ぬ火傷にも有効で、災害時の数々の活躍が期待されます。

グルテンバーガー・リンケッツ

リンケッツ
●195g（13本入）300円

グルテンバーガー
●225g・250円

材料グインドをたウインドの白豆のたん加工した大豆状にに肉状ときどき麦ひえ小にルテンバーガー」、ナーちら食す。

「グルテンバーガー」、「リンケッツ」、材料の素材です。

ございます。ご利用ください。

ま い。

●お求めは一デパート、スーパー薬局、健康・自然食品店で。

SAN-IKU
三育フーズ株式会社
〒299-02 千葉県袖ケ浦市長浦拓1-1
TEL 0438-62-2921 FAX 0438-62-1531