

あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いたします



昨年も色々なことがありましたが、新しい年を迎えることができました。
より一層頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。

さて、新年と言うことで、めでたいお話をさせて頂きたいと思っております。

数年にわたり不妊治療していた身内の話です。

心身ともに大変な思いをしながらの不妊治療をしていましたが、
なかなか授かることができず、着床しても育ちにくいようでした。

そこで、初めての「酵素」で、飲めるのか、また、継続してもらえるか、理解してもらえると不安でしたが、とりあえず、飲んでみてね♥、とドキドキもので、1ケース(6本)送ってみました。意外にすんなり、酵素デビューできたようで(かなり頑張ったかも…)、その後も地道に酵素を飲み続けてくれたようで、数ヶ月後、「酵素を送って」との連絡をもらいました。

そして、ついに「授かったよ♪」の吉報が!(^^)v 待つこと数か月。年齢的なものもあり心配でしたが、母子ともに頑張ってくれて、ともに健康で、無事、男の子が産まれてくれました。

住まいは遠方なので、赤ちゃんと対面することは叶わないかも…と聞いていましたが、諸事情で帰省することになり、元気なお母さんと、健やかに眠っている赤ちゃんに対面することができました。＼(^o^)/

現代医学が発展しても、赤ちゃんを授かるということは、それを受け止めるだけの「母体」が準備されていなければ、赤ちゃんはすくすくと育たないのです。

体を冷やさない服装はもちろんですが、それ以上に、冷え症、食生活、そして、ホルモンバランスなど体の中の問題は重要で、「体を冷やさない服装」以外は、すべて「酵素」でお手伝いできるのです。

- * 胃腸の環境を整え、消化吸収をアップ。 * 腸内細菌を善玉優勢にし、体調を整える。
- * 腸内環境が整うと、ホルモンバランスも良くなる。 * 血流を良くする。 * 冷えの解消
- * 添加物などを排出しやすくし、体にやさしい環境づくり。 * ストレス軽減。

これらが変わってくると、卵子や母体の環境も良くなり、赤ちゃんにとって居心地の良い「ゆりかご」作りができる訳です。酵素を利用すると、健康になりながら、赤ちゃんも授かれて、産後も母子ともに酵素を飲用していくと、健康も保てるし、母乳にも良いので、言うこと無しですね。

ただ、最近は、男性の冷え症や諸々の原因がある場合も多く、お母さんだけでなくお父さんも体質改善を頑張らないといけない時代のようなようです。

すでに、医療機関でも大高酵素飲用での良い結果が出ていると聞いています。子宝でお悩みの方は、是非、酵素をお試ください。

***酵素 de クッキング** お正月は和風のメニューも多いので、和洋折衷の調味料のメニューのご紹介です。

・味噌ミートソース 味付けは味噌がメインです。減塩酵素味噌は熟成すると赤味噌(ハ兆味噌)になるのでそれを利用しました。

材料 作り方のみのご紹介で、分量はおまかせです。大ざっぱでごめんなさい(^^)

- ・減塩酵素味噌(赤味噌) ・トマトピューレまたはトマト水煮缶 ・酵素原液 ・ふげん(ミンチに使用) ・オリーブオイル
- ・ミンチ(下ごしらえ)…ミンチの表面にふげんをまぶす。100gに対し、ふげん添付のｽﾌﾟｰﾝ山盛り1~2杯程度。
- ・人参、玉ねぎ、ピーマン…粗みじんに。メニューによって千切りでもOK。生姜、ニンニクは好みで。

作り方 カロリーを控えたい方は、ミンチを鶏肉にしたり、オリーブオイルを控え、最初から鍋で煮てもOKです。

- ① 鍋にオリーブオイルを入れ、野菜、ミンチを炒める。
- ② ミンチの色が変わりはじめたら、味噌、トマトピューレ、酵素原液(今回は、おろし生姜で漬けた「生姜酵素」の生姜を利用)を入れ、味を調べて、出来上がり。(濃度…水は好みで)

ポイント・アレンジ そのままでもいいけど、アレンジしてみてくださいね。

- ・無水鍋やフタ付きのフライパンで蒸し煮にすると、野菜の水分で作ることができ、よりおいしくなります。
- ・スープやシチューにアレンジする以外は、出来るだけ水は控えめがおすすめです。
- ・お好みでコーン、ブロッコリー、オクラなど季節の野菜をプラスしても、根菜を入れシチューにしても◎。
- ・ご飯以外、パスタ、その他、ハンバーグに混ぜたり、オムレットに入れたり、アレンジしやすく便利です。

