



夏こそ美容効果、抜群！

甘酒

女性にうれしい美容成分がたっぷり入った甘酒は、夏だからこそ飲みたいビューティードリンクです。甘酒が持つ驚きの“美容パワー”を簡単レシピとともに、ご紹介します。



バランスよい栄養成分…
元氣と美しさを得られます。

教えていただいたのは



崇城大学
応用微生物工学科

教授
さいくさ のりあき
三枝 敬明
いまだに謎の多い“微生物のチカラ”を研究。さまざまな音波を当てることで起こる酵素力の変化などを解明しています。

寒い季節に飲むイメージが強い「甘酒」ですが、実は夏の季節語として知られ、そのバランスのよい栄養成分から「飲む点滴」といわれています。甘酒のルーツには諸説ありますが、一説によると紀元前5世紀ごろ、米と水で固めた「しとぎ」を、少女が口でかんで糖化させ、お神酒として神様にささげたものが始まりだと伝えられます。その後、江戸時代になると、厳しい暑さ乗り越えるための「夏バテ対策」の飲み物として庶民にも親しまれるようになり、「甘酒売り」が江戸の風物詩となりました。昨今では、体力を回復させる「栄養ドリンク」として重宝される一方で、その美容効果が注目を集めています。「継続して甘酒を飲むと、元氣と美しさの両方を手に入れることができますよ」と、崇城大学応用微生物工学科の三枝敬明教授は話します。