

夏日好食大作戰

GO!



營養滿分 涼爽輕輕食

Fresh!

涼夏好夥伴-金潤益

100%純黑芝麻醬

嚴選當季顆粒飽滿、富含油脂的新鮮黑芝麻

天然Natural
優質Quality
營養Nutrient



黑芝麻的營養成份，我們可以參考行政院衛生福利部的台灣地區食品營養成分資料庫，黑芝麻營養成份中不僅含有維生素B、C、E和各種微量礦物質，其中又以**鈣**最為突出，每一百克黑芝麻中含有**1456毫克的鈣質**（請參下表），遠遠高於牛奶的111毫克（參考自台灣地區食品營養成分資料庫），因此於須要補充鈣質的民眾而言，黑芝麻醬是非常優良的選擇。

維生素E效力 (α-TE)	維生素B1 (mg)	維生素B2 (mg)	菸鹼素 (mg)	維生素B6 (mg)	維生素C (mg)	
2.08	0.84	0.25	5.1	0.56	1.2	
鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)	鐵 (mg)	鋅 (mg)
4	527	1456	318	531	24.5	2.5

黑芝麻的營養成份(每百克)-參考自行政院衛生福利部台灣地區食品營養成分資料庫

關於金潤益

金潤益食品為三代傳承的五十年老店，秉持傳統、精益求精，在「植物是最好的養生」醫藥概念下，堅持原料品質，多年來產品行銷海外，受到廣大消費者的認同與支持，已建立優良的口碑。並以最實在的產品、最公道的價格，腳踏實地追求企業「永續經營」的宗旨與責任。五穀雜糧原本就是人類最基本的營養攝取來源，對人體健康有極大好處；金潤益食品透過現代化的加工製程，嚴選優良原料，提供消費大眾安全又健康的100%純天然養生食品。



堅持好料

金潤益食品所出品的黑芝麻醬，採用本公司自行嚴選從產地進口的高品質顆粒飽滿、富含油脂的新鮮黑芝麻為原料，經水洗清潔之後，以先進的電腦溫控製程進行**低溫烘焙**，完整保留芝麻的天然營養及香氣，再經過三道精密研磨過程後，才能生產出口感綿密細緻的黑芝麻醬。在製造過程中，以完整的芝麻原粒去進行研磨，**沒有添加任何的糖、鹽、人工添加劑或是色素**，讓消費者可以安心享受100%純天然芝麻的營養與美味。

哪裡買?

全省的全聯福利中心皆可購買



SGS檢驗合格! @點圖放大

塑化劑無檢出!

黃麴毒素、甜味劑無檢出! 防腐劑、色素無檢出!



創意料理大匯集

黑芝麻在磨成黑芝麻醬之後，不僅更加容易吸收其天然營養，也讓消費者更加方便的以各種方式來食用，可以直接加入牛奶中攪拌均勻後，就有如芝麻糊般的好口感，也可直接加在蔬菜沙拉上，就是一道高纖又營養的美味餐點。



夏日開胃黑麻醬涼粉

冰冰涼涼好滋味! 清爽開胃自己動手來!

材料

1. 黑麻醬半碗
2. 醬油膏2大匙，醋1大匙，糖半大匙，薑泥、蒜個2大匙
3. 綠豆粉皮3張，用乾淨飲用水泡3小時，泡軟後備用
4. 小黃瓜三條，洗淨後用刀背拍碎

作法

- 裝半碗黑麻醬用涼開水慢慢邊加水邊調合至一碗。
- 然後再與上述第2項的所有材料一起攪拌均勻。
- 將綠豆粉皮切塊，放上拍碎的小黃瓜再淋上調味好的黑麻醬料。



營養更好黑麻涼麵

取代坊間一般麻醬有更完整營養的絕品美味

材料

1. 麵條200克
2. 小黃瓜2條
3. 紅蘿蔔半條

作法

- 麵條以開水煮熟後，用冷水沖涼，再用乾淨飲用水洗淨。
- 放入碗中，淋上一匙香油。
- 將小黃瓜、紅蘿蔔用刨刀刨成絲後放在麵條上。
- 最後再淋上調好的黑麻醬料(請參考黑麻醬涼粉中的醬料做法)



窈窕好食黑麻醬涼拌豆腐

豆腐的滑嫩口感和黑麻醬的濃香醇一黑一白是很好的搭配，再加上配料的點綴與醬油和香油的提味，絕對是夏日的開胃美食。

材料

1. 黑麻醬半碗
2. 醬油膏兩大匙
3. 蔥、辣椒切成小片備用
4. 小磨香油一匙
5. 涼拌用豆腐一塊

作法

- 將豆腐放入盤中，在其四周淋上黑麻醬。
- 在豆腐上淋上醬油膏，再放上蔥花與辣椒片。
- 最後再淋上小磨香油提味。



營養滿分隨手吃黑麻貝果

超Easy營養美味早餐5分鐘完成

黑麻醬中的鈣質含量高於牛奶10倍，是成長中孩童或缺鈣之人的最佳早餐營養來源，黑麻醬最簡易的吃法就是直接抹吐司或是塗在貝果上，如果是擔心孩童的接受度不高，可以再加上果糖或蜂蜜，另外要注意的是如果要加熱吃的話，要等貝果烤完後，再塗上黑麻醬才不會產出苦味哦。

Q & A

? 為何上面會有浮油?

這是因為芝麻內含天然的油脂再加上自然的沉澱現象造成，因為本公司的芝麻醬是將烘焙好的芝麻直接研磨成細緻的黑麻醬，在製造過程完全沒有放入任何的人工添加劑來防止其中的油脂分離，因此在靜置一段時間後，比較輕的油脂就會自行浮上來了。在食用之前只要用洗淨、擦乾的湯匙加以攪拌均勻就可以食用了。

? 開封後如何保存?

因為本品不含防腐劑，再打開易拉罐的封口之後，建議將未食用完畢的黑芝麻醬放入冰箱冷藏保存，不僅可以保持其風味，也可以幫助減緩其浮油的現象。

? 為何不加入糖來增加口感?

因為不加糖的話，不僅可以保有最天然的口感，同時也方便消費者應用在不同的料理上，而且如果是需要甜味時，由消費者來自行添加的話，也更加可以掌握食材的安全與來源。



快到全聯為今夏清爽加菜!