



心と身体に栄養を与えまし カナダ産オーツ麦

一世紀以上にわたる高品質と高い栄養価

オーツ麦の身体への作用

一日のどの時間帯であっても、エネルギーの補給が必要なときは、オーツ麦を食べることほど良い方法はありません。あらゆる穀物の中で、オーツ麦はエネルギーと栄養の特性が非常に広範にわたるため、身体全体にメリットをもたらします。世界保健機関によると、タンパク源としては肉、牛乳、卵とほぼ同じレベルです。

オーツ麦は、炭水化物、ビタミン、ミネラル、タンパク質の貴重な供給源であることに加えて、消化器系の問題、肥満、糖尿病、高コレステロール値の改善に大いに役立つことが証明されています。オーツ麦は優れたエネルギー源です。不安を和らげ、身体、血液、そして心に栄養を与えます。

オーツ麦の食べ方

オーツ麦は非常に栄養価が高く、あなたご自身やご家族の皆さんの健康維持と改善に役立ちます。スポーツ選手、学生、子供、母親、妊娠中の方にも最適な食品であるオーツ麦は、空腹感の抑制、高コレステロールや糖尿病の回避、心臓の健康維持に大きな役割を果たします。

オーツ麦は美味しく、あらゆるライフスタイルに適合し、ご家族のさまざまなニーズを満たします。オーツ麦は、スムージーやヘルシーなマフィンの材料として、また、朝食用シリアルとしてお召し上がりください。また、メキシコの爽やかな飲み物、アベナヘラダの材料としてもご利用いただけます。

毎日の食事にオーツ麦を取り入れるのは簡単です。朝食として果物、ヨーグルト、または牛乳と一緒に。クッキー、ビスケット、スムージー、スープ、ミートボール、コロケの材料として。また、セリアック病患者さんにもご利用いただけます。オーツ麦は、その幅広い特性により、あらゆる料理に際限なく使用することができます。



世界中の家族がカナダ産オーツ麦を食べています

カナダの大草原は、高品質で栄養価の高いオーツ麦の世界最大供給源の一つです。カナダのオーツ麦生産者は、マニトバ州の肥沃な土地からサスカチュワン州の日当たりの良い平原、そしてアルバータ州の美しく雄大な草原に至るまでの広大な土地で、100年以上にわたって高品質の伝統を育んできました。

カナダは、高品質オーツ麦の生産と輸出において世界をリードしています。広く知られたカナダ穀物委員会 (CGC) は、ほぼ一世紀にわたって穀物の基準を監督してきました。同委員会による厳格なモニタリングは、カナダ産の穀物が健康と環境に関する最も厳しい要件に準拠していることを意味します。

世界中の家族がカナダ産オーツ麦を食べています。オーツ麦の美点は、味の良さばかりではなく、自然との調和を取りながら栽培されているという点です。カナダのオーツ麦生産者は、自然の景観と水の保護に力を入れて農地を管理しています。実際、カナダ西部で生産されるオーツ麦のうち、灌漑農業で栽培されているのは1% 未満です。残りは、雨水だけに依存して栽培されています。さらに、カナダのオーツ麦は自然の恩恵も受けています。つまり、カナダの冷涼な気候がオーツ麦を病気や害虫から守っているのです。

オーツ麦

- 食物繊維が豊富
- 飽和脂肪が少ない
- コレステロールフリー
- ビタミンとミネラルの栄養源
- トランス脂肪酸不使用
- 生命に必要な8つのアミノ酸のうち、6つが含まれている
- グルテンフリーであり、同市場向けに製造可能

