



2017年11月21日

株式会社ゼンショーホールディングス

広報室

パスタとデザートまるっと1食ロカボメニュー！ ～「ココス」でおいしく食べて糖質制限～

株式会社ココスジャパン（代表取締役社長：池田安希子 本社：東京都港区）が全国に展開するファミリーレストラン「ココス」では、11月30日（木）に、緩やかな糖質制限「ロカボ」認証を受けたパスタ2品、デザート3品を新発売します。

難消化性でんぷんを使用し、小麦粉の使用量を抑えたタリオリーニを使用した「ロカボ トリュフと半熟卵のカルボナーラ（990円+税）」と「ロカボ 茄子ときのこのボロネーゼ（990円+税）」は、もちもちとした食感で食べごたえ十分です。

また、全国展開するファミリーレストランで初めて「ロカボ」認証を受けたデザート（糖質10g以下）として、グルテンフリーの「ロカボ ガトーショコラ（390円+税）」、旬の柚子を使用した「ロカボ 柚子のギリシャヨーグルト（330円+税）」、「ロカボ 柚子香る宇治抹茶のグラスデザート（330円+税）」を発売します。

※ 難消化性でんぷん…消化されにくいでんぷんで、腸の中で食物繊維のような働きをする。

※ タリオリーニ…幅2～3mmの太めのパスタ。ソースとの絡みと、のどごしの良さが特徴。

■ロカボ トリュフと半熟卵のカルボナーラ（990円+税）糖質：39.2g



フレッシュな生クリーム、ベーコンが入ったカルボナーラソースに、食べやすく細かく刻んだたっぷりの黒トリュフと香り高い白トリュフオイルを加えました。
半熟卵を崩して、濃厚な味わいをお楽しみください。

■ロカボ 茄子ときのこのボロネーゼ（990円+税）糖質：38.2g



野菜の中でも糖質の低い茄子（国産）を大きくカットして素揚げし、しめじ（国産）とともに、牛肉たっぷりのミートソースと合わせた具材感あふれる商品です。
ソースとよく絡むタリオリーニを使用しているため、ソースを余すことなく最後の一口までお召し上がりいただけます。

■ロカボ ガトーショコラ (390 円+税) 糖質 : 6.4g



チョコレートの風味がしっかり感じられる「ガトーショコラ」を、小麦粉を一切使用しないグルテンフリーにすることでロカボデザートに仕上げました。しっとりと柔らかく、口どけなめらかな一品です。

■ロカボ 柚子のギリシャヨーグルト (330 円+税) 糖質 : 9.5g



冬に旬を迎える柚子を使用した柚子皮入りの柚子ソースをギリシャヨーグルトにのせた色鮮やかな商品です。

ザクザク食感のフルーツグラノーラ、すっきりとした味わいのギリシャヨーグルト、さわやかな甘みの柚子ソースを合わせてお召し上がりください。

■ロカボ 柚子香る宇治抹茶のグラスデザート (330 円+税) 糖質 : 7.0g

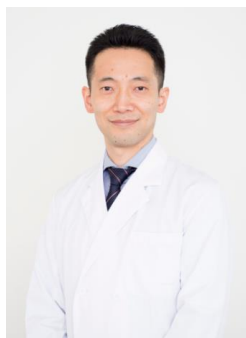


宇治抹茶ゼリーの上に牛乳ではなく、糖質の低い豆乳で作った宇治抹茶プリン、柚子ソースをのせました。宇治抹茶プリンの甘味とほろ苦さ、和のテイストをお楽しみください。

■ ロカボとは？

生活習慣病予防や体に負担をかけないダイエットとして注目を集めている“ロカボ”。一般社団法人 食・楽・健康協会が提唱している「緩やかな糖質制限」のことをいいます。糖質を1食あたり20～40g、おやつ10g、1日あたり70～130gに制限することにより、糖が中性脂肪として蓄積され肥満や生活習慣病を引き起こしやすくなるといわれる食後の血糖の急上昇を抑える新しい食事方法です。最低必要量の糖質は確保した上で、エネルギー源やからだの構成成分の材料として重要なたんぱく質や脂質はしっかりと摂取するよう推奨されているため、無理なく楽しんで健康なからだづくりを続けることができます。

■ ロカボ提唱者の^{やまだ さとる}山田 悟先生



一般社団法人 食・楽・健康協会代表理事（北里研究所病院 糖尿病センター長）

^{やまだ さとる}
山田 悟先生

2013年11月「一般社団法人 食・楽・健康協会」を設立。医学的根拠に基づく、楽しくおいしい食事療法の知識・技術の向上と普及、食後高血糖是正による健康増進などを目的に企業の指導や講演などを活発に行っている。

以上

ZÉNSHO

本件に関する報道機関からのお問い合わせ先
株式会社ゼンショーホールディングス
広報室 TEL : 03-6833-8019

<https://www.cocos-jpn.co.jp/>

<http://www.zensho.co.jp>