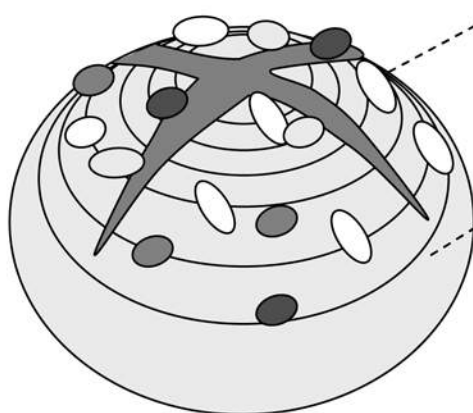


cocona's Christmas

Merry Christmas! 秋冬はパンが美味しく食べれる季節ですね。
季節の新作も少しずつ増やしていく予定です。お楽しみに! そして、月並みですが、
説明できる素材を使って丁寧に美味しくなるように作ったパンを提供していきたいと思ひます。

coconaのパンレビュー
カンパーニュ (マルチシリアル)


オーツ麦フレーク、ヒマワリの種、ゴマ、亜麻仁をトッピング

オーガニック小麦を自家製粉した全粒粉
とライ麦、麦芽、オートミール、亜麻仁、
大豆、ヒマワリの種などの7種類の粉を配合。
モ干モ干だけど固くない生地

シチューやポトフによく合います♪
薄く切って、チーズなどを乗せたり、
お肉系のサンドイッチ干にぴったり!

お好みでホール、1/2サイズ、1/4サイズで販売しております。

*売切れの場合がございます。ご了承ください。

<Coconaのパンで太った?!>

「パンは高カロリーで太る」と思ってませんか? どのパンも高カロリーではありません。
諸外国で主食に食べているパンをリーンなパンと呼びます。

一般的にリーンなパンは全粒粉パンやライ麦パンのように素材そのものの味を生かし
糖分が少なくバターやマーガリンなど使わずに焼きます。

食感は硬くてふわっとしていません。しかし、毎日食べても決して飽きることはなく、
噛めば噛むほどおいしくなるのがリーンなパンです。

とくに全粒粉のパンは食物繊維が豊富で体脂肪合成もゆるやかなので太りにくいです。

(coconaのパンではバケット、カンパーニュ、麦の香パンがリーンなパンです。)

ダイエットを気にされる方にはリーンなパンをお勧めします。

菓子パンには生地にも具材にも油脂、糖分などたくさん使用しているので、どうしても
高カロリーになってしまいます。

coconaでは菓子パンでも単純に美味しいだけでなく、美味しさを損ねず高カロリーに
ならないように生地や砂糖も配分を考慮し、具材にも低糖、低カロリーを考慮
しています。

coconaではなるべく太らないパンを作っていますが、美味しいとつい食べ過ぎちゃ
いますよね。食べ過ぎると太るので、結果、coconaのパンはやっぱり太るのか?!

作っているのは

cocona

東京都練馬区田柄2-17-31 1F Tel03-3975-1527