

ちよびつとコラム

# 11月18日は カスピ海ヨーグルトの日

カスピ海ヨーグルト特有の粘りの素は、クレモリス菌が作るEPSという成分で、コレステロールの減少、便秘改善、食後の血糖値上昇抑制、免疫細胞の活性化など様々な効果があるそうですよ。(P.N. ミナフジコ)

