

THIS MONTH TOP NEWS

情報カタログ

京都のINGをCHECK IT OUT!!

巻で話題沸騰の読者参加型情報コーナー。読者・フェイマーズガ、ショップスタッフガ、そして街の情報通ガ発信する正真正銘の口コミ情報!! あなたの投書も受け付け中だ

ごまアレンジQ&A

黒ごま・白ごまの健康効果は？

色が違っただけ？

A ごまの正体はゴマ科の植物の種。3000種以上あるといわれている品種によって外皮の色が異なっており、それぞれ黒ごま、白ごま、金ごま、紫ごま（日本ではほとんど見られないよう、残念）などと呼ばれているのだ。今のところ成分に大きな違いはないようで、近頃の黒ごま主流行りは、「白ごまやったらいくら入っても目立たへんけど、黒ごまやったら目立つから、一目でごま入りやっつてわかる」というのが実状のよう。

白ごまの健康効果は？

A ごまの主な成分はビタミンE、カルシウム、鉄分。ごまが身体にいい、と言われる所以はこれらの栄養を手軽に取ることができるから。他にも特有のゴマリグナンという成分も含まれていて、これは身体にとって余計な活性酸素を抑える働きもするから、その点でも健康的。

Q日本人はごま好き？

A 日本で消費されているごまは99%輸入物。年間消費量は99年が約15万トン（このうちごま油が8万トン、そのまま食用が7万トン）。90年の約10万トンに比べればカナリの伸び率だけど、世界の生産量約300万トンに比べれば「まだまだ」と見るべきか、「結構食べてる」と見るべきか…。

秘密の ごまの 関係

もはや大ブームの感あり、のごま。何でもかんでもごま入りの昨今ほんとに効くのか？確かめつつ、ごまアレンジをしっかりとご覧あれ

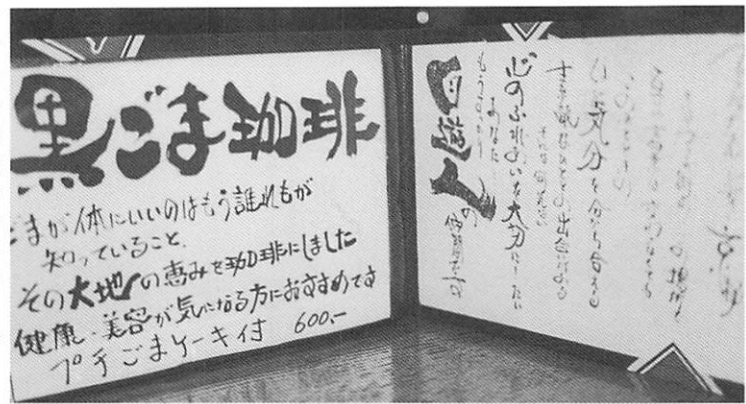
おすすめ分けから始まった
ごま屋のかつエ、ここにあります

自遊人



●自遊人
京都市中京区河原町四条上ル東
290 ツルヤビル1F
☎075・222・1156
🕒11:00~23:00/水休

珈琲、ケーキ、アイスにかき氷、果てはカレーからカクテルまで。コレ全て「黒ごま」メニュー。その基本は丸一日かけて丁寧にすりつぶされる黒ごまにハチミツを合わせたペースト。元はごま屋だったというご主人（自称男前）が、自分用に作っていたモノが評判になり、ついには喫茶も開き看板メニューへと。むしろ濃厚な黒ごまペーストは、ごまの香ばしさと控え目な甘さ、真っ黒な色が、意外なほど全てのメニューにじっくり。「昔は白ごまもあったけど全然売れへんねん。せやから今は黒だけ」というペーストのみのテイクアウトもできる。



5月の開校以来、デジタルハリウッド京都校は、ビジネス&ITに特化したカリキュラムで、次世代の人材育成を展開中!! 地元大学との連携、地元商店・企業のIT革命やeビジネスの支援など、まさに「スクールの枠をこえたスクール」として業界の注目を集めています。現在10月生募集中。古都の町・京都からまた新しいデジタル旋風が巻き起こる!!

デジタルハリウッド 京都校が四条通に開校!!



就・転職



Wスクール



eビジネス

DHは産業界に密着・連携して、地域を活性化!

急進するネット社会の中で、関西圏のIT化を促進するために、デジタルコンテンツの企画制作および関連サービス事業の企画開発などを行う、「e」で事を興す会社＝株式会社イコト(e-koto)を、オムロンとデジタルハリウッドが設立しました。

総合Proコース10月生募集締切迫る!!

Webデザイナー専攻 (10月23日スタート)
 インターフェイスデザインに特化し、美しく、売れるホームページ制作スキルを基礎から習得します。(6ヶ月制)

e-プロデューサー専攻 (10月22日スタート)
 ネットワーク社会において、縦横無尽に活躍できるビジネスマン、プロデューサーを育成します。(6ヶ月制)

前職:セネコン現場監督
 →Webデザイナー(制作プロダクション)
中野敬一郎さん 24歳
 友人からDHを「とても良い学校」と聞いて入学。現在は念願のインターネットでのストリーミング開発及びデザインをやっています。

前職:メーカーPR
 →Webプランナー(コンテンツ制作会社)
堀英恵さん 24歳
 転職を考えていたので、バックアップがしっかりしているDHに入学。マシン環境も授業も充実していました。

Webデザイン無料体験セミナー開催中!!

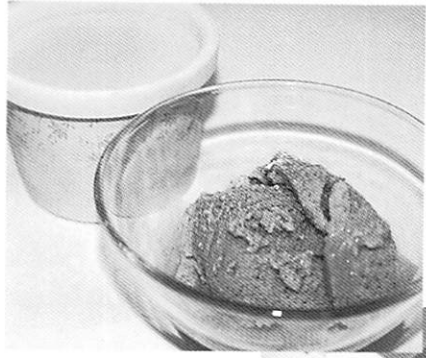
10月/3日 10日 17日 24日 毎週火曜日 19:00~
 10月/5日 12日 19日 毎週木曜日 14:00~

デジタルハリウッド京都校

資料請求/お問い合わせ
075-253-6111
 [E-mail] kyoto@dhw.co.jp
 [URL] http://www.dhw.co.jp

〒600-8006
 京都市下京区四条通柳馬場西入ル
 立売中之町106ヤサカ四条ビル6F

DIGITAL HOLLYWOOD
 THE INTERNET SCHOOL
 TOKYO-SHIBUYA-YOKOHAMA-OSAKA-KYOTO-FUKUOKA-U.S.A.-KOREA
 デジタルハリウッド大阪校 ☎06-6316-8633

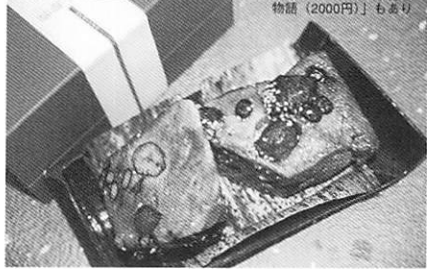


ジュヴアンセル
 味の黒ごま、香りの白ごま
 黒&白のアイスクリーム

黒ごまベースに白ごまの粒々が点々と入った濃いアイスジュヴアンセルにて発見。何故白ごま?と尋ねれば「すりつぶした黒ごまは香りが保たないから嚼んだ時に香り立つ白ごまを粒のまま入れてあるんです」と、香りの秘密は白ごまにあった模様。



●ジュヴアンセル
 京都市中京区御池通高倉西入ル高宮町
 ☎075-231-7571
 ●9:30~18:30/第1-3・5日休



大粒の黒、黒豆、胡麻がふんだんに使われたパウンドケーキ「竹取物語 (2000円)」もあり

そろそろ秋風が吹く頃、一日限定20個で並ぶのが「ミルフィーユ・アジアスタイル (420円)」、イートインスペースで食べた人の8割が買って帰るとい、不動の人気「ごまのシュークリーム (250円)」。この人気を誇る2つのケーキ、共に「身体にいいごまなのにちっとも食べない」お子さんのため「古来から使われていて、どんなお料理にもしっくりくるんだからお菓子に入れてみたらどうかしら」と始まったもの。お母さんの手作りケーキで名を馳せるさくら庵のごまシリーズはこうして登場した。



さくら庵
 ごま嫌いもお菓子なら大丈夫
 母が生み出すケーキ達

黒ごまを混ぜ込んだシュー生地には、練り白ごまをカスタードに合わせたクリームがたっぷり。ごまの風味もしっかりと、こっくりとしたクリームだけど、不思議と軽い

パリパリッと音を立ててくれるパイ生地にはこれでもかっと言わんばかりの白ごまの黒ごま。「水口が口に残って、生地作りはめちゃ大変」との弁もごまとも、シュークリームのクリームと少し配合は違っても、こちらも濃厚な味

●さくら庵
 京都市中京区柳馬場通錦小路上ル
 ☎075-251-0749
 ●10:00~18:00/火休



お菓子など
 コンビニでも
 即GETの
 黒ごま商品、増殖中

黒ごまキャンディ
 不二家
 黒砂糖ベースの餡の中には、ごろごろと黒ごまが、「ほど良いごまの添加...」とパッケージにあるところが、数限りない配合を試したんだろうなと思わせる一品。かなり美味

黒ごまチキンラーメン
 日清食品
 相挽きの黒ごま600粒入り。が、パッケージを開けた瞬間、「真黒か?」という期待はあっさり裏切られ...。600粒って少ないのね、と悲しくなるかすかごま味

黒ごまのソフトクッキー
 ハウス食品
 「黒ごま」といえば?の答えの圧倒的多数が「ピュア・イン」。CMでの「黒ごま1000粒...」はやっぱりインパクト大とみた。ソフトクッキーの中にすりつぶした黒ごまがタッブリだけど、1000粒って以外と少ない、が正直なところ