



DELTA INTERNATIONAL

PRODUCTS GUIDE

Industrial Version

デルタインターナショナル業務用商品カタログ

 **DELTA**
International Co., Ltd. www.delta-i.co.jp

株式会社デルタインターナショナル
〒140-0001 東京都品川区北品川4-7-35 御殿山トラストタワー 11F Phone:03-3440-3210(代表) 03-3440-3211(営業部) Fax:03-3440-0331

DELTA International Co., Ltd.
Gotenyama Trust Tower 11F, 4-7-35 Kitashinagawa, Shinagawa-ku, Tokyo 140-0001 Japan Phone:+81-3-3440-3210 (Sales Dept. +81-3-3440-3211) Fax:+81-3-3440-0331

商品の仕様については、事前の通知なしに変更となる場合があります。*当カタログの内容は2020年1月現在のものとなります。

2020 01TS03



世界の人々の多様性を尊重し

Diversity

より発展的に

Evolution

よく学び

Learning

安心安全のトレーサビリティを重視し

Traceability

価値を創造します

Aspiration

デルタインターナショナル

世界の生産者「パッカー」

おいしく安全な商品の世界からお客様のもとへ

私たちデルタのドライフルーツやナッツは、すべてこの地球上の大地で採れる農作物から作られています。私たちの商品作りは、果物や木の実の生産者と一緒に、土や水の状態を見守るところから始まります。芽やつぼみの付き方や、開花、結実はもちろん収穫から加工、出荷まで、すべての工程にかかわり、おいしく、安全安心なドライフルーツ、ナッツ作りを追求しています。

Delicious and safe products from around the world to customers

Delta International has been working on building strong relationships with our suppliers so that we will always be able to provide customers with consistent satisfaction over time. We at Delta International strive to develop a one-on-one relationship with our packers.

社長挨拶

1992年の創業以来、世界各国の産地と皆さまの架け橋となるべく、アーモンド・クルミ・レーズン・プルーン等のナッツ、ドライフルーツを輸入・販売してまいりました。私たちの使命は、お客さまのニーズに応え、パートナー企業である世界の生産者・製造者とともに、おいしく、安心・安全な食品をお届けすることだと考えております。また、積極的かつユニークな発想で新商材の発掘や商品の開発を行い、食を通じ健康で豊かな社会づくりに貢献する企業を目指してまいります。今後ともお客さまに必要とされ、選ばれる企業となるよう精進してまいりますので、皆さまのご支援とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

代表取締役社長 鳥海 敬

Greetings from Delta's President

Since 1992, Delta International has been importing almonds, walnuts, raisins, prunes and other dried fruits and nuts from our trusted partner companies. We are committed to providing our customers with safe and healthy products. We continue to evolve with the ever changing market with positivity and creativity. We strive to be a company that contributes to a healthy and prosperous society through food. We appreciate your continued support.

Takashi Toriumi, President & Representative Director

会社概要

会社名	株式会社デルタインターナショナル
住所	〒140-0001 東京都品川区北品川4-7-35 御殿山トラストタワー 11F
Phone	03-3440-3210
Fax	03-3440-0331
Web	www.delta-i.co.jp
業種	ドライフルーツ・ナッツ類他食品 輸入卸売、企画、販売、輸出
設立	1992年10月7日
資本金	10,000千円
代表者	代表取締役会長 内田 隆 代表取締役社長 鳥海 敬
取引銀行	みずほ銀行 京都中央支店・品川支店
取扱い商品	アーモンド・クルミ・プルーン・レーズン・ブルーベリー・クランベリー・いちじく・マンゴー・パイナップル 農産加工品等
アクセス	京浜急行本線「北品川駅」より徒歩5分 JR線「品川駅」より徒歩10分

沿革

1992年10月	中目黒にて会社設立 米国 キャンボス プラザーズ社の日本総代理店となり、アーモンドの輸入を始める 米国 クラサース社の日本総代理店となり、レーズンの取り扱いを始める
1993年	北品川へ事務所を移転 米国 カルプルーン社の代理店となり、プルーンの輸入を始める クルミの輸入を始める ドライフルーツ、ナッツのコンシューマーパックの製造販売開始
1994年	モハベレーズンの取り扱いを始める
1996年	米国 クレイン社(クルミ)との取引を始める
1997年	枝付き干しぶどうを販売開始
1999年	チリプルーンの輸入を始める
2000年	くだもの屋さんのやわらか大粒プルーンを販売開始し、 くだもの屋さんシリーズを順次展開 前事務所(北品川3丁目)へ移転
2001年	レーズンの中国選別事業を始める
2005年	フィリピン プロフード社との取引を始め、 ドライマンゴー・ドライパイナップルなどの輸入を始める
2007年	ネット通販事業(e-CROP、2011年7月よりnutsberryに改名)を開始
2008年	殻付きアーモンドを販売開始
2009年	ブルーベリーシロップ漬けを販売開始
2011年	スペイン ラ・ヒゲラ社との取引を始め、ラビトスロワイヤルの輸入を始める 国産ドライフルーツを販売開始
2012年	トルコ オスマンアクチャ社の日本総代理店となる 北海道事務所開設
2013年	直営店(nutsberry KITCHEN)を開店 白いフィグログがモンドセレクション最高金賞を受賞 黒いフィグログがモンドセレクション金賞を受賞
2014年	クレイン社窒素充填生クルミ(200g)を販売開始 オスマン社トルコ産大粒白いいちじくを販売開始
2015年	レーズン国内選別事業を開始 直営店(nutsberry KITCHEN)を開店
2016年	現事務所(北品川4丁目)へ移転 食・楽・健康協会の会員企業となる 一週間のロカボナッツを販売開始 ゴールデンマカダミア社と取引を始める
2017年	創立25周年を迎える
2018年	ブルーベリーシロップ漬けを生ブルーベリーシロップ仕立てにリニューアル

Company Information

Name	DELTA International Co., Ltd.
Head Office	Gotenyama Trust Tower 11F, 4-7-35 Kitashinagawa, Shinagawa-ku, Tokyo 140-0001 Japan
Phone	+81-3-3440-3210
Fax	+81-3-3440-0331
Web	www.delta-i.co.jp
Main Business	Import & export of nuts and dried fruits, Product development, marketing import & sales, and the world's finest foods.
Established	October 7, 1992
Paid-in Capital	JPY 10,000,000
Representative	Takashi Uchida as Chairman Takashi Toriumi as President
Main Bank	MIZUHO Bank Kyoto Chuo Branch and Shinagawa Branch
Commodities	Almonds, Walnuts, Prunes, Raisins, Blueberries, Cranberries, Figs, Mangoes, Pineapples, and other agricultural processed foods.
Access	5 minute walk from Kita Shinagawa Station (Keikyu Line) 10 minute walk from Shinagawa Station (JR Line/ Keikyu Line)

Company History

Oct. 1992	Delta International is established in Nakameguro, Tokyo Becomes the exclusive Japanese agent for Campos Brothers Farms in California and begins importing Almonds Becomes the exclusive Japanese agent for Caruthers Raisin Packing in California and begins importing Raisins
1993	Relocates to an office in Kitashinagawa, Tokyo Becomes the Japanese agent for Cal Prune in California and begins importing Prunes. Starts importing Walnuts Starts producing and selling consumer packs of Dried Fruits and Nuts
1994	Starts importing Mojave Raisins
1996	Starts business with Crain Walnut Shelling in California
1997	Starts selling "Raisins on the Vine" from California
1999	Starts importing Prunes from Chile
2000	Starts selling "Fruit Market Series Soft & Moist Prunes" and developing "Fruit Market Series" Relocates to a former office in Kitashinagawa, Tokyo
2001	Starts Raisins regrading business in China
2005	Starts business with Profood International in the Philippines and begins importing Dried Mangoes and Dried Pineapples
2007	Starts e-commerce business (e-CROP, name changes to nutsberry in July 2011)
2008	Starts "California In-Shell Almonds"
2009	Starts selling "Blueberries in Light Syrup" from Oregon
2011	Starts business with La Higuera in Spain and starts selling "Rabitos Royale" Starts selling "Japan Fruits Selection Series"
2012	Becomes the exclusive Japanese agent for Osman Akca in Turkey Opens a Hokkaido branch office
2013	Starts a retail business (nutsberry KITCHEN in Shibuya, Tokyo) "Fig Log-White Fig with Pepper" wins the 2013 Monde Selection GRAND GOLD Quality Award "Fig Log-Black Mission Fig" wins the 2013 Monde Selection GOLD Quality Award
2014	Starts selling "California Walnuts Fresh Pack (200g)" Starts selling "Turkish Dried Figs"
2015	Starts Raisins regrading business in Japan Closes nutsberry KITCHEN store
2016	Relocates to an office in Kitashinagawa (Gotenyama Trust Tower 11F), Tokyo Becomes a member of "Eat & Fun Health Association" Starts selling "Lo-Ca-Bo Nuts Dry Roasted Mixed Nuts - 7 packs" Starts business with Golden Macadamias
2017	Delta's 25th anniversary
2018	Package redesign for "Blueberries in Light Syrup"

フレッシュパシフィック フルーツ&ベジタブル

カリフォルニア農業の重要拠点であるフレズノに本拠を置くデルタインターナショナルの兄弟会社です。日本のお客さまに、カリフォルニアをはじめ世界中の農作物をご満足いただける品質でお届けします。



Fresh Pacific Fruit & Vegetable, Inc.

Fresh Pacific is Delta International's sister company and is located in Fresno, California; the heart of California agriculture. Fresh Pacific supplies the highest quality agricultural products available from California and throughout the world to Japan.

キャンボス ブラザーズ ファームス

カリフォルニアを代表するアーモンド生産者であり、その高い品質は日本をはじめ世界中で愛されています。自家農園での栽培から生産に至るまでの徹底した一貫管理で、最高級のアーモンドをお届けします。



Campos Brothers Farms

Campos Brothers Farms is one of the largest independent almond suppliers in California. Campos almonds are loved by many customers from Japan and all over the world. Campos can supply the highest quality almonds since they control their almond production from farm, to pack, to shipment.

クレイン ウォルナット シェリング

農園を保有するクルミ加工メーカーとしては、カリフォルニアにおける最大規模を誇る企業の一つです。全てのお客さまに対して高品質のクルミをお届けすることをモットーに自社農園の拡大、最新設備の導入等の新たな投資を積極的に行なっています。



Crain Walnut Shelling, LP

Crain Walnut Shelling is one of the largest independent walnut suppliers in California. They are increasing the acreage of their own orchards and installing state of art technology in order to provide high quality products to all customers around the world.

オスマン アクチャ

1985年以来、トルコ政府からドライフルーツの輸出量NO.1企業として表彰を受け続けています。厳しい基準での原料買い付けに加え、徹底した選別工程や最新設備の導入等によりお客さまの求める高品質なドライフルーツをお届けします。



Osman Akça

Osman Akca has been the number one exporter of Turkish dried fruits since 1985. They set a high standard by starting with purchasing raw material, and hand sort the product by highly trained workers. In addition, they installed state of the art technology in their plant in order to meet customer standards.

プロフード インターナショナル

トロピカルフルーツ製品を手がけるフィリピン最大手の企業です。ドライフルーツを始めピューレ、ジュース等を衛生的な環境で生産し、世界中へ輸出しています。



Profood International Corp.

Profood International is the largest supplier of processed tropical fruits in the Philippines. They produce dried fruits, puree, juice, and other products in their highly managed factories, and they export all over the world.

クラサース レーズン パッキング

1985年に"最高のレーズン"を求めた10の生産者が集い設立されました。ベストな状態でレーズンの加工を行い、皆さまに高品質でおいしいレーズンをお届けします。



Caruthers Raisin Packing Co., Inc.

Caruthers Raisin Packing Company was established in 1985 by 10 raisin growers who were in pursuit of the "best raisin." They process raisins in one of the most modern plants and supply high quality and best tasting raisins to all of their customers.

モハベ ゴールド

おいしく高品質な枝付き干しぶどうを作るのに、最適な環境のモハベ砂漠で栽培。USDA基準に沿って、収穫からパック詰めまですべて手作業で行い、お客さまに満足していただける製品をお届けします。



Mojave Gold LLC

Mojave Gold focuses on maintaining customer satisfaction by providing high-quality Raisins on the Vine. Each cluster is carefully hand-picked, hand-washed, and hand-packed to order. Each order is thoroughly inspected exceeding the highest USDA standards.

グレースランド フルーツ

北米の最良の地で栽培された、世界で一番おいしく、色鮮やかな高品質のクランベリーやブルーベリーをお届けします。



Graceland Fruit, Inc.

Graceland Fruit provides high quality and the best tasting cranberries in the world. The fruits are grown in limited regions in North America.

ゴールデン マカダミア

世界最大の産地に成長した南アフリカで自社農園にこだわり収穫・加工・出荷している南アフリカ最大の生産者です。南アフリカは、夏場の気温が十分に上がる一方、冬場の気温は下がることで、良質なマカダミアナッツが育ちます。世界でもマカダミアナッツの生産に適していると言われてています。



Golden Macadamias

Golden Macadamias is committed to their product starting from their own orchards. They are thorough from harvesting, to processing, to shipment. They have become South Africa's largest macadamia producer. South Africa is a perfect location to grow high quality macadamia nuts due to the drastic temperature differences between summer and winter.

パシフィック フレーバー インターナショナル

ブルーベリーを中心に、様々なフルーツのシロップ漬けやジュースを開発し、常に安心・安全な商品を作り続けているオレゴン屈指の企業です。代表のトニー・カサード氏は、シェフ時代から、味へのこだわりを持ち続け、日本向けの特別レシピを開発し、製造しています。



Pacific Flavor International Inc.

Pacific Flavor produces gourmet fruit in syrup and juices. Their main item is blueberries in syrup. They have the highest concern about food safety and pride themselves in providing safe products from Oregon. The company's president, Mr. Tony Casad a former chef, focuses on creating tasty premium products. For the Japanese customers, he uses his special recipe made just for this market.

オレゴン ベリー パッキング

アメリカのオレゴン州のヒルズボローで半世紀以上の歴史をもつブルーベリー農園です。現在、4代目のジェフ・マレンスキー氏とその家族が丹精込めてブルーベリーを育てています。



Oregon Berry Packing, Inc.

Oregon Berry Packing has a long history of growing blueberries in Hillsboro, Oregon. Currently, fourth generation Jeff Malensky and his family continue to grow blueberries with great pride.



農園から製造まで、一貫管理にこだわった最高級アーモンド。

カリフォルニア最大規模のパッカーとして、30年以上日本にアーモンドの輸出を続けているキャンパス社。
日本を最重要マーケットと位置づけ、自社農園で栽培、自分たちで加工した安心・安全・高品質なアーモンドを出荷しています。
また、アーモンド業界のリーディングカンパニーとして地球環境への配慮を忘れず、サステナビリティを重視した農園経営を続けています。



米カリフォルニア産
アーモンド ホール ノンパレル

Whole Almond Nonpareil

- 最も代表的な品種
- 形状が良くマイルドな味わい
- スナック、チョコレートコーティング向き

内容量	22.68kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	380×300×300
C/S重量	23.38kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド ブランチド ホール&ブローケン(BWB)

Blanched Whole & Broken Almond

- 皮剥きしたアーモンド
- ホール率70%以上
- カット、ロースト、パウダーなどへ加工用途が広い

内容量	22.68kg	
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	
C/S重量	23.38kg	



米カリフォルニア産
アーモンド ホール ピュート&パドレ

Whole Almond Butte & Padre

- 小粒で丸く肉厚な形が特徴
- 深いしわが多く塩落ちにくい
- スナック加工向き
- 粒チョコ、キャンディーなどにも使え、汎用性が高い

内容量	22.68kg	
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	
C/S重量	23.38kg	



米カリフォルニア産
アーモンド ブランチド ピース

Blanched Almond Pieces

- 皮剥きしたアーモンド
- ピース類を中心に選別
- 通常規格のBWBよりも割安で、同様に加工用途が広い

内容量	22.68kg	
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	
C/S重量	23.38kg	



米カリフォルニア産
アーモンド ホール マルコナ

Whole Almond Marcona

- アーモンドの女王と呼ばれる品種
- 丸みを帯びた形状
- 香りが高くコクがあり、製菓向き

内容量	22.68kg	
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	
C/S重量	23.38kg	



米カリフォルニア産
アーモンド ブランチド ホール&ブローケン(BWB) マルコナ

Blanched Whole & Broken Almond Marcona

- 皮剥きしたマルコナ種アーモンド
- 丸みを帯びた形状
- 皮剥きしたことでより加工しやすい

内容量	22.68kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	600×400×155	380×300×300
C/S重量	23.38kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド スライス 皮付

Natural Sliced Almond

- 焼いても皮がはがれにくい独自のスライス加工
- 皮がないもの比べて、風味と香りが強い
- 皮が製菓製パンの際、見た目のアクセントに

※アーモンドスライスサイズ 1.2mm

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド スライス

Blanched Sliced Almond

- 皮剥き後、アーモンドをスライスに加工
- 生菓子のコーティングや焼き菓子や製パンなどに
- サラダのトッピングに

※各種サイズご用意しています。
アーモンドスライス MID1.0mm / THIN 0.8mm / EX-THIN 0.6mm

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg

ナチュラルホールアーモンド ノンパレル サイズ一覧 ※1オンス中に含まれる粒数によってサイズが決まります。※大きさはあくまで参考サイズとなります。



米カリフォルニア産
アーモンド スリバード

Blanched Slivered Almond

- 皮剥き後、短冊状に加工
- 程よい歯ごたえ
- チョコレートコーティングやスナック向き

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド フレークス

Blanched Almond Flakes

- 皮剥き後、薄片状に加工

内容量	11.34kg	
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	
C/S重量	11.84kg	



米カリフォルニア産
アーモンド ブランチド パウダー

Blanched Almond Powder

- 鮮度にこだわり、皮剥きと粉砕をほぼ同時に加工
- 細かい粒子のため口溶けが良い

内容量	10kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×245
C/S重量	10.5kg



米カリフォルニア産
アーモンド ブランチド パウダー
マルコナ

Blanched Almond Powder Marcona

- 皮剥きと粉砕をほぼ同時に加工
- 細かい粒子で挽きたての香りと舌ざわり
- 上品な甘みと程よい油分でしっとり仕上がる

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245
C/S重量	10.5kg



米カリフォルニア産
アーモンド ダイス 皮無 12/8
(16割)

Blanched Almond Dice 12/8

- 皮剥き後、アーモンドをカット
- 3.2~4.8mmのふるいにかけた大きさ
- ケーキやクッキー生地やトッピングに

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド ダイス 皮無 8/12M
(32割)

Blanched Almond Dice 8/12M

- 皮剥き後、アーモンドをカット
- 2.1~4.8mmのふるいにかけた大きさ
- サラダのトッピングや焼き菓子の練りこみに

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×245	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg



米カリフォルニア産
アーモンド パウダー
ゴールド 1kg/2kgパック

Blanched Almond Powder (1kg/2kg Bag)

- オリジナルパッケージ
- 皮剥きと粉砕をほぼ同時に加工

内容量	1kg×10	2kg×6
C/Sサイズ(mm)	380×300×300	380×300×300
C/S重量	11kg	13kg

GOLDEN MACADAMIAS

ゴールデン マカダミア



世界最大の生産国に成長した南アフリカの最高級マカダミアナッツ。

近年、マカダミアナッツの生産量が增大する南アフリカで、最大規模の取り扱い数量を誇る、ゴールデン マカダミア社。殻割り後の選別はすべて手作業で行い、オフシーズンでも手入れの行き届いた自社農園で、丁寧においしいナッツを作り上げています。南アフリカの寒暖差のある気候はマカダミアナッツの生育に最適であり、熱帯地域よりも品質の良い実ができると言われてています。



南アフリカ産
マカダミアナッツ style1

Macadamia Nut style1

- ホールサイズ
- クリーミーでしっとりとした風味と食感
- チョコレートコーティングやスナック向き

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	335×235×225
C/S重量	11.75kg



南アフリカ産
マカダミアナッツ style4

Macadamia Nut style4

- ハーフサイズ
- クリーミーでしっとりとした風味と食感
- 砕いてクッキーやケーキなどに

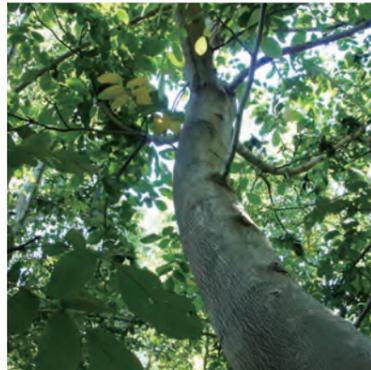
※小さいサイズのstyle5もご用意しています。

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	335×235×225
C/S重量	11.75kg

*各種アーモンド国内加工品も取り揃えております。

CRAIN WALNUT SHELLING

クレイン ウォルナット シェリング



豊かな環境から、新鮮なクルミをお届け。

クレイン社では、最新の農園設備を備え、収穫から保管、出荷に至るまでを一貫して管理することにより世界的なクルミの需要増に対応しています。また、食品の国際規格認証であるBRC認証グレードAAを取得するなど、品質管理の面でも高い評価を受けています。オーダーを受けてから殻割り、加工したクルミはフレッシュな風味が特長。こだわりの詰まったおいしさです。



米カリフォルニア産 クルミ LH (ライト・ハーフ)

Walnut LH (Light-Halves)

- ・ハーフサイズ
- ・色が明るくデコレーションに最適
- ・きれいな半割状態なのでのトッピングに

内容量	9.07kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×225
C/S重量	9.8kg



米カリフォルニア産 クルミ LHP (ライト・ハーフ&ピース) チャンドラー

Walnut LHP (Light-Halves & Pieces) Chandler

- ・明るい色合いのチャンドラー種
- ・ハーフサイズとピースが混じったサイズ
- ・製菓製パンはもちろん、サラダなどのトッピングにも最適

※選別品・ロースト品をご用意しています。

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×225
C/S重量	12.5kg



米カリフォルニア産 クルミ LHP (ライト・ハーフ&ピース) ハワード

Walnut LHP Howard (Light-Halves & Pieces)

- ・従来のクルミに比べマイルドな味わい
- ・ハーフサイズとピースが混じったサイズ
- ・ミックスナッツや洋菓子など、幅広い用途に使用が可能

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×225
C/S重量	12.5kg



米カリフォルニア産 クルミ LMP (ライト・ミディアム・ピース)

Walnut LMP (Light-Medium-Pieces)

- ・1/8割れを基準にしたサイズ
- ・特にベーカリーに最適
- ・刻まずに生地にそのまま混ぜ込んでの使用が可能

※選別品・ロースト品をご用意しています。

内容量	13.6kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×225
C/S重量	14.3kg



米カリフォルニア産 クルミ LSP (ライト・スモール・ピース)

Walnut LSP (Light-Small-Pieces)

- ・LMPよりもひと回り小さいサイズのピース品
- ・細かいながらも歯ごたえが残る
- ・ざっしりと具材が詰まった製菓製パンに最適

※選別品・ロースト品をご用意しています。

内容量	13.6kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×225	380×300×300
C/S重量	14.3kg	11kg



米カリフォルニア産 クルミ LSBP (ライト・スモール・ベーカリー・ピース)

Walnut LSBP (Light-Small-Bakery-Pieces)

- ・LSPよりさらに小さいサイズのピース品
- ・刻まずにそのまま使用が可能
- ・ベーカリーの練り込みや製菓材料などに

※選別品・ロースト品をご用意しています。

内容量	13.6kg
C/Sサイズ(mm)	400×300×225
C/S重量	14.3kg



米カリフォルニア産 クルミ LHP 窒素充填パック 1kg

Walnut LHP 1kg Bag

- ・ハーフサイズとピースが混じったサイズ
- ・殻割後すぐに窒素を充填
- ・酸化を抑え、フレッシュな味と香りをそのまま納品

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×295×275
C/S重量	11kg



米カリフォルニア産 クルミ ミール

Walnut Meal

- ・皮ごとパウダーに加工
- ・練り込みやトッピングに
- ・手軽にクルミの風味を出せ、焼菓子に最適

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×300×225	380×300×300
C/S重量	11.84kg	11kg

クルミ サイズ一覧 ※大きさはあくまで参考サイズとなります。



米カリフォルニア産 クルミ LMP 窒素充填パック 1kg

Walnut LMP 1kg Bag

- ・1/8割れを基準にしたサイズ
- ・生地にそのまま混ぜ込んでの使用が可能
- ・フレッシュさが保つ窒素充填パック

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	400×295×275
C/S重量	11kg



日本のベーカリーで最も信頼されるレーズン。

カリフォルニア・フレスノの肥沃な大地で育ったぶどうを、じっくりと太陽にさらして仕上げた「最高のレーズン」。
近代的な工場で細心の注意を払い製造し、高品質のレーズンを日本に届けています。
日本の有名ベーカリーに多数ご愛用いただき、いずれも高評価をいただいている最高位のレーズンです。

砂漠の厳しさに鍛えられた、プレミアムレーズン。

モハベ ゴールド社は、カリフォルニア州の南東に広がるモハベ砂漠を舞台に「世界一おいしいレーズン作り」に励んでいます。
モハベで生育されるレーズンは、赤ぶどうのフレームシードレス種で、この土地特有の昼夜の寒暖差により凝縮した甘みに仕上がります。
ひと房ずつ手摘みされた「枝付きレーズン」は、チーズやワインにピッタリのフルーティーな味わいです。

Valley Pride Series
【バレープライド シリーズ】



米カリフォルニア産
レーズン ハイスペック
＜ダイヤモンド＞
High Spec Raisin < Diamond >
・ナチュラルシードレス種
・クラサース社にて徹底して枝、ヘタ等の異物を除去し
安心・安全を追及
・製菓製パン向けに

内容量	13.6kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	380×300×300
C/S重量	14.1kg	11kg



米カリフォルニア産
レーズン レギュラー
Regular Raisin
・ナチュラルシードレス種
・ボンドあたり800~1,200粒のレギュラーサイズ
・製菓製パンの原料として、もっとも一般的なレーズン

内容量	13.6kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	380×300×300
C/S重量	14.1kg	11kg
(選別品)		
内容量	12kg	
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	
C/S重量	12.5kg	



米カリフォルニア産
枝付き レーズン
Mojave Flame Raisin Clusters
・ワインの原料にも使われるフレームシードレス種
・枝についた状態のまま自然乾燥
・チーズ、ワインとの相性が抜群の上質なレーズン

内容量	4.54kg
C/Sサイズ(mm)	385×285×175
C/S重量	5.04kg



米カリフォルニア産
レーズン モハベ フレーム
Mojave Flame Raisin
・ワインの原料にも使われるフレームシードレス種
・甘さを凝縮した大粒の果実
・ワンランク上の味わい
※製造はクラサースレーズン社で行っています。

内容量	13.6kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	380×300×300
C/S重量	14.1kg	11kg
(選別品)		
内容量	12kg	
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	
C/S重量	12.5kg	



米カリフォルニア産
レーズン オイルコート
Oil Coated Raisin
・ナチュラルシードレス種
・植物性オイルでコーティングしているためほぐしやすい
・リパックした際、袋の透明窓が曇りにくい

内容量	13.6kg
C/Sサイズ(mm)	385×285×175
C/S重量	14.1kg



米カリフォルニア産
レーズン ミゼット
Midget Size Raisin
・ナチュラルシードレス種
・ボンドあたり1,200~1,600粒の小粒サイズ
・レギュラーレーズンの2/3程度の大きさ
・他のドライフルーツと混ぜ込んでの使用もおすすめ

(選別品)		
内容量	13.6kg	12kg
C/Sサイズ(mm)	385×285×175	385×285×175
C/S重量	14.1kg	12.5kg

*各種ドライフルーツの加工、レーズンのラム酒漬けも承ります。
> トルコ産レーズンは16ページへ

CALIFORNIA PRUNES

カリフォルニア産プルーン



果実本来の甘みが生きる、世界No.1プルーン。

世界のプルーン生産量の約4割を占めるカリフォルニア産プルーン。恵まれた気候と優れたシステムを備えた最高水準の農業技術により、安心・安全の環境下で栽培しています。天日をたっぷり浴びた実は糖度を増し、酸味と甘味のバランスのよいプルーンが収穫されます。プルーンは、健康や美容を支える食品としても人気が高く、世界中で愛されています。

GRACELAND FRUIT

グレースランド フルーツ



北米の豊かな水源に浮かぶ、みずみずしいクランベリー。

ミシガン州フラン克福ート。自然豊かな湖畔の近くに、グレースランド社の本社があります。まるでルビーのように色鮮やかに育ったクランベリーは、水に浮かべて収穫。グレースランド社独自の技術により、自然な色合いを美しく残したまま、ドライフルーツに加工されます。豊かな自然で育った彩りをそのままお届けします。



米カリフォルニア産
プルーン(無添加)

Pitted Prune (Non Sorbate)

- 種抜き
- レトルト加工に適しています

※各種サイズをご用意しています。

内容量	13.6kg
C/Sサイズ(mm)	380×230×175
C/S重量	14.1kg



米カリフォルニア産(国内加工)
大粒ソフトプルーン(無添加)

Pitted Soft Prune (Non Sorbate)

- 種抜き大粒プルーン
- 日本国内の工場でのレトルト加工
- やわらかいためそのまま使用可能
- チョコレートコーティングや菓子のトッピングに

内容量	800g×10
C/Sサイズ(mm)	400×250×190
C/S重量	8.5kg



米カリフォルニア産(国内加工)
プルーン ペースト

Prune Paste

- ペーストタイプ
- 自然の甘味を生かした調味料として
- パン生地の練り込み、ソースの隠し味に

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	490×300×130
C/S重量	11kg



アメリカ産
ドライ クランベリー
ソフトモイスト

Dried Cranberries (Soft & Moist)

- 厳選したクランベリーのみを選別
- スライス加工後シロップ漬けし鮮やかな色合いに
- 製菓製パンやサラダのトッピングに

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	490×320×180
C/S重量	11.85kg



アメリカ産
ドライ クランベリー
ソフトモイスト 1kgパック

Dried Cranberries (Soft & Moist) 1kg Bag

- 人気商品の使いやすい1kgパック
- 保存に便利なチャック付きパッケージ

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	490×320×180
C/S重量	10.7kg



アメリカ産
ドライ クランベリー
ホール

Dried Whole Cranberries

- 本来の形のまま仕上げたドライクランベリー
- クランベリー本来の酸味が特長
- チョコレートやヨーグルトのコーティングに

内容量	11.34kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	395×295×200	280×300×280
C/S重量	11.85kg	10.7kg

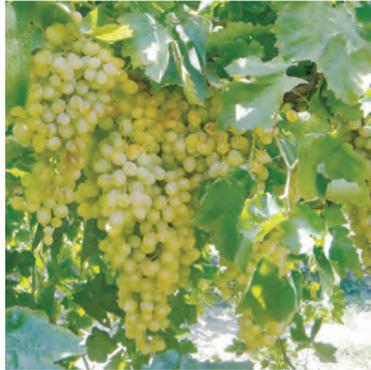


アメリカ産
ドライ ブルーベリー
カルチペイト

Dried Cultivated Blueberries

- 大粒のカルチペイト種ブルーベリー
- ひと粒ひと粒がしっかりとした味わい
- グラノーラやシリアルバーなどに

内容量	11.34kg
C/Sサイズ(mm)	395×295×200
C/S重量	11.85kg



日本水準で世界へ挑む、トルコ産ドライフルーツ。

温暖で日照率が高く、地中海の風が吹きつけるドライフルーツの名産国のひとつ、トルコ。イチジクはアイドゥンエリアの山間部、サルタナレーズンはマニサ、アプリコットはマラティヤと、オスマン アクチャ社は果物の産地にもこだわったドライフルーツを提供しています。日本へは特に、大きさ・色・味の最も良いものを厳選して出荷。その水準をスタンダードとして、世界一の品質を目指しています。



トルコ産 (国内加工)
ドライ 白イチジク ペースト

Dried Fig Paste

- ドライ白イチジクをペーストに
- 練り込みやトッピングに

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	260×240×210
C/S重量	11kg



トルコ産
ドライ アプリコット
with SO₂

Dried Apricot with SO₂

- ホールのまま種抜き
- 天日乾燥された肉厚なアプリコット
- 鮮やかなオレンジ色は製菓製パンのデコレーションに最適

※各種サイズご用意しています。
No.4:標準直径26~32mm

内容量	12.5kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×270×150	380×300×300
C/S重量	13kg	11kg



トルコ産
サルタナレーズン
(ノンオイル)

Sultana Raisin (Non Oil Coated)

- 短時間で天日干しするため、明るい色合い
- 爽やかでフルーティーな味わい
- 水分値が低くほくしやすいため製パンに

内容量	12.5kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×270×150	380×300×300
C/S重量	13kg	11kg



トルコ産
ドライ アプリコット
without SO₂

Dried Apricot without SO₂

- 食品添加物不使用
- 甘み強いのが特長

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	390×270×150
C/S重量	13kg



トルコ産
トンプソンレーズン

Thompson Raisin

- じっくり天日干しにしたため、黒褐色の深い色合い
- 濃厚で深い甘み

内容量	12kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×270×150	380×300×300
C/S重量	12.5kg	11kg



トルコ産
ドライ アプリコット ダイス
with SO₂

Dried Diced Apricot with SO₂

- 天日乾燥されたアプリコット
- 約8~10mmのダイス状にカット
- 米粉使用でほくしやすくそのまま製パンの練り込みに

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	390×270×150
C/S重量	13kg



トルコ産
ドライ 白イチジク
ホール

Dried Fig Whole

- スミルナ種
- 白イチジクを天日乾燥
- 甘味が強く、プチプチとした種の食感

※標準サイズの他、大粒サイズ・ミニサイズもご用意しています。

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	390×270×150
C/S重量	13kg



トルコ産
ドライ 白イチジク
クリップ&ハーフ

Dried Fig Clip & Half

- スミルナ種
- 白イチジクを1/2もしくは1/4サイズにカット
- 製菓製パンへの練り込みやトッピングに

内容量	12.5kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×270×150	380×300×300
C/S重量	13kg	11kg



トルコ加工(チュニジア産またはアルジェリア産)
ドライ デーツ
ホール

Dried Date

- デグレットノア種
- トルコにて丁寧に選別
- 間にクルミやチーズを挟む食べ方がおすすめ

内容量	10kg
C/Sサイズ(mm)	395×280×160
C/S重量	11.95kg



トルコ加工(チュニジア産またはアルジェリア産)
ドライ デーツ
ダイス

Dried Diced Date

- デグレットノア種
- あんこや黒糖のような上品で濃厚な甘み
- 米粉使用でほくしやすくそのまま製パンの練り込みに

内容量	10kg
C/Sサイズ(mm)	395×280×160
C/S重量	11.95kg



トルコ産
ドライ 白イチジク
バグラマ

Dried Fig Baglama

- スミルナ種
- ひと粒ひと粒、紐で結んだ大粒の白イチジク
- おしゃれな見た目なのでギフトセットなどに

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	390×270×150
C/S重量	13kg



トルコ産
ドライ 白イチジク
ダイス

Dried Diced Fig

- 使いやすい10×8mmサイズ
- ベタつかないように米粉を使用
- 製菓製パンへの練り込みやトッピングに

※サイズにつきましてはお問合せください。

内容量	10kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×280×160	390×280×160
C/S重量	10.5kg	11kg

PROFOOD INTERNATIONAL CORP.

プロフード インターナショナル



トロピカルフルーツの楽園、フィリピンから。

世界トップクラスのトロピカルフルーツ加工企業として名高いプロフード社。

フレッシュフルーツのおいしさを、そのままドライフルーツにしたようなマンゴー・パイナップルの香り高くジューシーな味わいは、リパック商品や製菓製パン材料としてご活用いただいています。



フィリピン産 ドライ パイナップル with Sulfite

- Dried Pineapple with Sulfite**
- 高地で生産されるハイランド種
 - 果実本来の甘い香りが特長
 - 夏シーズンの製菓製パンに

内容量	1kg×20
C/Sサイズ(mm)	500×300×310
C/S重量	22kg



フィリピン産 ドライ バナナ ダイス with Sulfite

- Dried Diced Banana with Sulfite**
- キャベンディッシュ種
 - 約5mm~8mmにダイス状にカット
 - ケーキやクッキーにそのまま練り込んで

内容量	1kg×20
C/Sサイズ(mm)	500×300×310
C/S重量	22kg



フィリピン産 ドライ マンゴー スライス without Sulfite

Dried Mango without Sulfite

- カラバオ種
- 肉厚にスライス
- 着色料や漂白剤、保存料など一切不使用

内容量	2kg×10
C/Sサイズ(mm)	500×300×310
C/S重量	22kg



フィリピン産 ドライ マンゴー ダイス with Sulfite

Dried Diced Mango with Sulfite

- カラバオ種
- 色味の変化を防いでダイス状にカット
- 手軽に練り込みやトッピングに

内容量	1kg×20
C/Sサイズ(mm)	500×300×310
C/S重量	22kg



フィリピン産 ドライ マンゴー スライス with Sulfite

Dried Mango with Sulfite

- 色味の変化を防いだドライマンゴー
- 加工食品のトッピングに
- 好みの形にカットして使えるスライス状

内容量	2kg×10
C/Sサイズ(mm)	500×300×310
C/S重量	22kg

JAPANESE DRIED FRUITS

日本国産ドライフルーツ

慣れ親しんだ日本の気候の中で生まれた果物をドライフルーツに。どこか懐かしく、優しい味わいに仕上がりました。



国産 ドライ リンゴ

Japanese Dried Apple

- 国産ふじりんご
- 秋シーズンの製菓製パンに

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	470×335×225
C/S重量	11kg



国産 ドライ リンゴ ダイス(10mm)

Japanese Dried Diced Apple

- 約10mmのダイス状
- 製パンの際そのまま練り込んで

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	470×335×225
C/S重量	11kg

OTHER NUTS & DRIED FRUITS

デルタインターナショナルが味・品質にこだわって、取りそろえたナッツ・ドライフルーツ。
世界中の「おいしさ」を日本の皆様にお届けします。

その他 ナッツ 世界各国から様々なナッツを取り揃えています。



ベトナム産
カシューナッツ

Cashew Nut

- 特有の甘みと食感が人気
- 製菓製パンから中華料理まで幅広く使用が可能

内容量	11.34kg×2	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	460×240×360	380×300×300
C/S重量	23.18kg	11kg



トルコ産
ヘーゼルナッツ ホール 皮無

Blanched Hazelnut Whole

- 皮無し
- 風味豊かなため、製菓製パンのアクセントに

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	380×280×185
C/S重量	10.5kg

オーストラリア産レーズン カリフォルニア産やトルコ産とはまた一味違うオーストラリア産のレーズンです。



オーストラリア産
**レーズン
マスカット**

Muscat Raisin

- サンマスカット種
- 特有の爽やかな甘み
- ホワイトチョコレートなどとも相性がよい風味

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	380×290×175
C/S重量	13.2kg



オーストラリア産
**レーズン
カレンツ**

Currants Raisin

- カリーナカレンツ種
- 比較的小粒の品種
- 強い酸味が特長
- 赤紫色の品種のため、パンの切り口が色鮮やかに

内容量	12.5kg
C/Sサイズ(mm)	380×290×175
C/S重量	13.2kg

> カリフォルニア産のレーズンは11-12ページへ > トルコ産のレーズンは16ページへ

カリフォルニア産黒イチジク トルコ産の白イチジクに比べて小ぶりで、品のある甘さが特長です。



米カリフォルニア産
**ドライ 黒イチジク
ブラックミッション種**

Dried Fig Black Mission

- 紅茶などとも相性が良い
- 幅広い加工が可能

内容量	13.6kg	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×280×200	380×300×280
C/S重量	14.1kg	10.7kg

> トルコ産の白イチジクは15ページへ

デルタオリジナル ミックス 世界中の美味しいドライフルーツをお届けしてきたデルタだからこそ出来たミックスフルーツです。



国内加工
**こだわり5種
ドライフルーツミックス**

Dried Fruits Mix (Cranberry, Sultana Raisin, Mojave Raisin, Apricot and Fig)

- クランベリー、モハベレーズン、サルタナレーズン、アプリコット、白イチジクのミックス
- シロップや洋酒に漬けるアレンジも

内容量	1kg×10	10kg
C/Sサイズ(mm)	380×280×205	380×280×205
C/S重量	10.7kg	10.5kg



国内加工
**4種
レーズンミックス**

Mixed Raisin (Sultana Raisin, Thompson Raisin, Muscat Raisin and Currants Raisin)

- サルタナレーズン、トンプソンレーズン、サンマスカットレーズン、カレンツレーズンのミックス
- 製パンにおすすめ、バランスのとれた深い味わいのレーズンパンに

内容量	1kg×10
C/Sサイズ(mm)	390×290×275
C/S重量	10.7kg

カリフォルニア産デーツ カリフォルニア州の砂漠地帯コーチェラバレーにて栽培されたデーツです。



米カリフォルニア産
**デーツ
マジュール種**

Date Medjool

- 大粒で柔らかな果肉の品種
- 種付き
- 乳製品やクルミと相性が良い甘み

※契約後、船積みを行います。

内容量	6.8kg
C/Sサイズ(mm)	444×311×108
C/S重量	7.3kg



米カリフォルニア産
**デーツ(種抜き)
デグレットノア種**

Pitted Date Deglet Noor

- 比較的小ぶりの品種
- 種抜き
- 甘みを生かし製菓製パンに

※契約後、船積みを行います。

内容量	6.8kg
C/Sサイズ(mm)	444×311×108
C/S重量	7.3kg

> トルコ加工のデーツは16ページへ

オレゴン産生ブルーベリーシロップ仕立て 収穫後3日以内の大粒のみ。上品な甘みのライトシロップ漬け。



米オレゴン産
**オレゴン州の
生ブルーベリーシロップ仕立て**

Oregon Blueberries in Light Syrup

- オレゴン産デューク種ブルーベリーを使用
- 糖度16度のライトシロップに漬け込み瓶詰め
- ブチブチとした果肉感が特長
- 洋菓子のトッピングに最適
- 着色料・保存料不使用

内容量	850g×12
C/Sサイズ(mm)	390×290×175
C/S重量	16.6kg

ナッツ&ドライフルーツ雑学コラム もっと知りたいナッツとドライフルーツのトリビア。

Almonds
アーモンド
アメリカをはじめ、オーストラリアやヨーロッパなどで栽培されているアーモンド。カリフォルニアが最大産地として知られています。まるで桜のような花が咲き、実の収穫では「ツリーシェイカー」と呼ばれる機械で幹をつかみ、木を揺さぶって実を落とし、その様子は「アーモンドシャワー」と呼ばれています。世界的に需要が増加しているナッツです。

> カリフォルニア産は5-6ページへ

Walnuts
クルミ
日本でも古くから愛されてきたナッツのクルミ。フランス語ではノア(noix)、英語ではウォルナットと呼ばれ、欧州では古くから高級家具材としても使用されてきました。アーモンドと同じく、カリフォルニアが産地。1年に1本のクルミの木から採れる実の数は、約1,500個以上とされています。

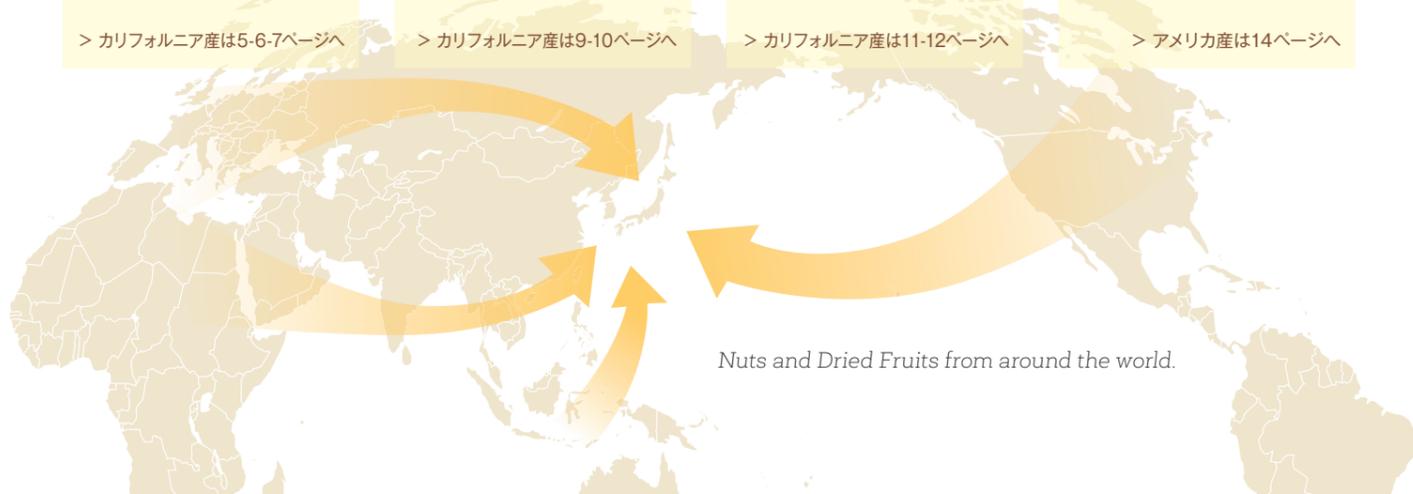
> カリフォルニア産は9-10ページへ

Raisins
レーズン
木になったまま自然に乾燥していたぶどうを食べたことから、紀元前にはすでに食べられていたと言われているレーズン。カリフォルニア産のレーズンは「トンプソンシードレス」という種がなく緑色で薄い皮のぶどうの品種から作られるのが代表的です。また、赤ぶどうである「フレイムシードレス」を使用したレーズンもあります。

> カリフォルニア産は11-12ページへ

Cranberries
クランベリー
北アメリカ大陸産のクランベリー。古くから先住民に愛され、17世紀の開拓時代には栄養失調に苦しむ開拓者に先住民がクランベリーを提供したことから、開拓者にとっても大切な食物になりました。アメリカでは今でも11月第4木曜日の感謝祭(Thanksgiving Day)の食卓に、七面鳥とクランベリーソースが並びます。

> アメリカ産は14ページへ



Nuts and Dried Fruits from around the world.

Macadamia nuts
マカダミアナッツ
オーストラリア産のナッツで、先住民のアボリジニにとっては貴重なごちそうとして、大切に食べられていたと言われています。商業的な栽培が実現されたのが1950年代以降という新しいナッツで、南アフリカでも短期間で栽培されるようになり、今では最大の生産国のひとつになりました。

> 南アフリカ産は8ページへ

Figs
イチジク
聖書にも出てくる古代より愛されてきた果実であるイチジク。トルコ産はスミルナ種という白イチジク。当社も多く輸入しており、特に山間部で採れたものは皮が薄いため、やわらかな食感が際立ったドライ白イチジクとなります。アメリカ カリフォルニア産のものはブラックミッション種というカリフォルニアで品種改良された黒イチジクです。

> トルコ産は15ページへ
> アメリカ産は19ページへ

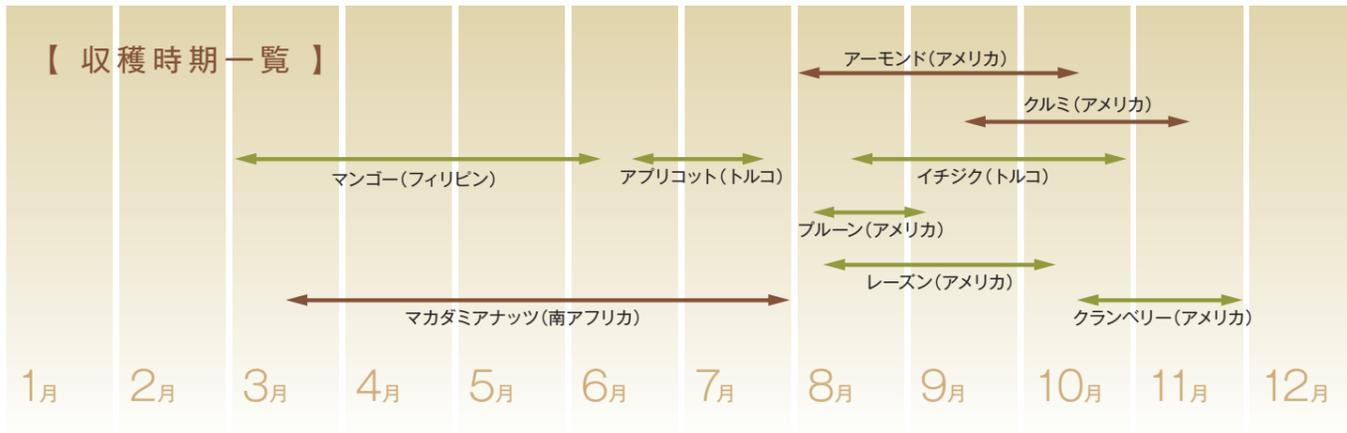
Apricots
アブリコット
バラ科の植物で日本語名は「あんず」。中国では古くから、種の中の杏仁(あんじん)と呼ばれる部分を杏仁豆腐や漢方などに利用してきました。トルコ産のアブリコットはユーフラテス川の上流である古都マラティアで育てられており、ドライフルーツにする際は、手作業で種を取り除いています。

> トルコ産は16ページへ

Mangoes
マンゴー
日本でも人気の高いマンゴー。フィリピン産のドライマンゴーに使われているマンゴーはカラバオ種というペリカンマンゴーの一種です。カラバオ種は繊維が少なく、ドライフルーツにした時の食感が他品種よりも優れています。

> フィリピン産は18ページへ

【 収穫時期一覧 】



※デルタ調べ

レーズンの分類

【 品種 】

トンプソンシードレス → 最も多く扱われている品種



呼び方(分類)	サイズ
カリフォルニアレーズン	セレクト: 1ポンド(約454g)当たりの粒数が平均1,000±200
トンプソンレーズン	ミゼット: 1ポンド(約454g)当たりの粒数が平均1,600±200 →セレクトの2/3の大きさ
サルタナレーズン	

フレイムシードレス → 赤ワインの原料にもなる赤い品種



呼び方(分類)	サイズ
モハベレーズン(デルタの商品名)	セレクト: 1ポンド(約454g)当たりの粒数が平均1,000±200
枝付きレーズン	ミゼット: 無し

カレンツ カリーナカレンツ種(オーストラリア) → サイズが小さく酸味が強い、赤紫の品種



呼び方(分類)	サイズ
カレンツレーズン	100g当たりの粒数が平均450±10%

サンマスカット サンマスカット種(オーストラリア)



呼び方(分類)	サイズ
マスカットレーズン	100g当たりの粒数が平均150±10%

※上記写真はイメージです。

【 甘さと食感 】



①

注目の栄養素

ビタミンE

アーモンド

活性酸素の働きを抑える作用を持つ抗酸化ビタミンの一種。人間の身体は本来、酵素によって活性酸素を抑える働きが備わっていますが、年齢を重ねるとともに体内で作られる酵素の量は減少していきます。抗酸化ビタミンは、酵素によって処理しきれない活性酸素の働きを抑える抗酸化物質のひとつとして注目されています。

厚生労働省eヘルスネットより

②

注目の栄養素

オメガ3脂肪酸(n-3系脂肪酸)

クルミ

体内で合成できないため、摂取する必要がある必須脂肪酸の一種。これらは動脈硬化や血栓を防ぎ、血圧を下げるほか、LDLコレステロールを減らすなど、さまざまな作用を持っています。高温で調理すると大気中の酸素と反応してしまうため揚げ物や炒め物よりドレッシングなどに向いています。

厚生労働省eヘルスネットより

③

注目のキーワード

ロカボ

低糖質のナッツ類

ナッツ類は糖質が少なく、ロカボ生活に最適な食品です。糖質は血糖値を上げる原因となっており、食後の血糖値が急になるとさまざまな健康リスクがあるとされています。ロカボは1食20-40g、デザートは10g以下、1日70-130gに、糖質をコントロール。これ以外に制限はなく、おいしく楽しく適正糖質を取ることを推奨しています。

食・楽・健康協会ホームページより

※いずれも2020年1月アクセス