

RED BEET



赤ビートとは…

赤ビートは地中海沿岸を原産としたヒユ科の植物です。

赤ビートに豊富に含まれるベタレイン色素は、強い抗酸化活性を示すことから、活性酸素の発生抑制や血清コレステロール低下作用などの効果が示されています。

また、硝酸塩が豊富に含まれているため、血圧低下や運動パフォーマンス向上などの作用も報告されています。その他、葉酸、鉄・カリウム、食物繊維、オリゴ糖なども含まれていることから、スーパーフードとして注目されている野菜です。

冷涼な地域を好むことから、北海道でも様々な地域で栽培されています。赤ビートが持つ機能性から、全世代の方に食べて頂けることを願っています。



札幌保健医療大学



SHINE TREE