

「メタボ予防のロカボ接待」が、おにぎり約1個分の糖質量で！

新登場！ ヘルシーなロカボコース

ロカボ大人女子会や、体重増加が気になる忘新年会も、低糖質ロカボがおすすめ

株式会社リビエラ(本社:東京都港区、取締役社長:小林昭雄)は、リビエラ青山のレストランにて、低糖質な「料理長おまかせロカボ料理」を新たにメニューに加えました。「美食×健康」～美味しいのは当たり前 気づかない糖質制限～をコンセプトに、おにぎり約1個分の糖質量(31.3g)で和会席を考案しました。レストラン(個室あり)で通常メニューとして提供する他、「メタボ予防のロカボ接待」「ロカボ大人女子会」などのお集りから、忘新年会や企業での会食などバンケットでの大人数の各種宴会にもロカボコースを取り入れることが可能になりました。

http://www.riviera-p.jp/a/news_pt/20160715_locabo/
<http://www.riviera-a.jp/>



ロカボ和会席フルコース【糖質量 31.3g】



Veggie+ベジープラス～低糖質プレート～【糖質量 20.5g】

■概要

「美食×健康」をテーマに山田悟医師とコラボし、リビエラ青山にて2016年7月15日(金)「ロカボ×和会席フルコース」イベントを開催し大盛況のうちに終了しました。「今までいろんな低糖質のお食事をいただいていたが、どこよりも完成度が高く、まさに美食だった」などのお声にお応えし、リビエラ青山のレストラン「リビエラダイニング グランブルー青山」にて2016年8月末までは、期間限定でイベントと同じお料理の提供(要予約)をいたしております。2016年9月からは、季節に合わせてメニューを変え、「料理長おまかせロカボメニュー」が加わります(要予約)。

<https://www.youtube.com/watch?v=qPimKyvKtW0> (イベント1分動画)

現在レストランにてランチに提供中の“Veggie+ベジープラス～低糖質プレート～”(4種類)もロカボの考えに基づき、糖質量も変更し、新たに提供いたしております。

※「ロカボ」とは

緩やかな糖質制限食のことで、山田悟医師が提唱し医学的根拠に基づきガイドライン(糖質摂取量を20g～40g)を定める一方、アルコールもスイーツも楽しむことが可能です。糖質制限の中でも、ゆるく続けやすく、体への悪影響を考慮していることが特徴。現在、糖質制限は、糖尿病治療の食事法にとどまらず、メタボ予防、美容、健康、アンチエイジングを目的としダイエット法として、また様々な病気予防として広く浸透してきています。

※食後の血糖値について

7月15日のイベント当日、食前と食後の血糖値を自ら測定された4人(40代～70代)のお客様の話を伺ったところ、健康体の血糖値が食前100mg/dl未満、食後140mg/dl未満のところ、年齢が上がるほど血糖値が上昇しやすいと言われる中、40代男性は、食後血糖値が驚きの11mg/dl下降するという結果となりました。70代男性でも、97mg/dl(食前)→101mg/dl(食後)と、わずか4mg/dlしか上昇しませんでした。

■講師・監修プロフィール

山田 悟 北里大学北里研究所病院糖尿病センター長。

2012年『奇跡の美食レストラン』を刊行。2013年、緩やかな糖質制限食＝ロカボの考え方を普及させ、より良い社会の実現を目指す、一般社団法人食・楽・健康協会を立ち上げる。『糖質制限の真実』『緩やかな糖質制限 ロカボで食べるとやせていく』など書籍多数。



■料理長プロフィール

伊藤 康裕 リビエラ青山料理長

2010年7月より在ギリシャ日本国大使館にて公邸料理人を務める。帰国後、功績が評価され外務大臣より2013年度「優秀公邸料理人」に認定される。

■メニュー詳細

ロカボ和会席ディナーメニュー【糖質量 31.3g】
*ランチではショートコースを提供

【前菜】4.8g

リビエラ屋上菜園の野菜バーニャガウダ
夏野菜と巻海老 貝いろいろの酢橘和え
かつお出汁のジュレ掛け
すっぽん冷製玉子メ

【椀】1.3g

鰻椀

【お造り】1.5g

本鮪炙り造り鰯燻し
あしらい野菜いろいろ 葱風味のゴマ醤油

【焼き物】2.0g

鮎塩焼き タデ酢添え 焼グリーンアスパラ
太刀魚木の芽照り焼き 生雲丹炙り

【煮物】4.8g

牛サーロイン山椒焼
牛舌やわらか煮 山葵風味
夏大根 茸いろいろ 小松菜
温卵 すきやき青山椒ソース

【ご飯】11.5g

握り寿司三種 本鮪・鯛・金目鯛
赤出汁

【デザート】5.4g

オレンジとヨーグルトの涼彩

ランチ: Veggie+ベジープラス～低糖質ロカボプレート～
【糖質量 22.8g～25.5g】

【前菜】0.1g

【低糖質プレート】

- ・鶏もも肉のグリル
ジェノヴァソース 19.6g
- ・サーモンのムニエルとアヴォカドサラダ
温泉卵のタルタルソース 20.5g
- ・牛ロースと野菜のグリル
バルサミコソース 22.3g
- ・魚介のフリッタータとカルパッチョ
チャイニーズドレッシング 18.6g

【ドルチェ】

3.1g

◆施設概要

名称 : リビエラ青山 レストラン「リビエラダイニング グランブルー青山」

所在地 : 〒107-0062 東京都港区南青山 3-3-3

TEL : 03-5411-6660

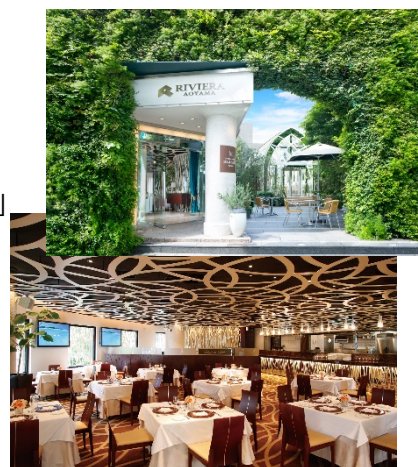
アクセス : 銀座線「外苑前駅」1a 出口より徒歩 3 分

銀座線・半蔵門線・千代田線「表参道駅」A3.A4 出口より徒歩 9 分

URL : <http://www.riviera-a.jp/>

■リビエラグループ (<http://www.rivieraholdings.co.jp/>)

リビエラグループは、米ロサンゼルスの名門ゴルフコース「ザ・リビエラカントリークラブ」をフラッグシップとする企業グループです。日本国内では、自社で保有する、「リビエラ青山(南青山)」、「リビエラ東京(池袋)」、「リビエラ逗子マリーナ(逗子)」、「リビエラシーボニアマリーナ(三浦)」の4拠点を中心に、ウェディング、リゾート、マリンレジャー、レストラン・カフェ、スポーツクラブ、建築・不動産など多岐にわたる事業を展開しております。中国では、「リビエラ松鶴楼」(上海)にて、レストラン、ウェディング事業も展開。



【本リリースに関するお問い合わせ・取材依頼先】

株式会社リビエラ 広報部 河西・鈴木

Tel : 03-5474-8120 FAX : 03-5474-8121 Mail : kasai@riviera.co.jp