糖質制限ごはん

大塚食品のマンナンごはん

という糖質25%カットという

うたい文句のごはんを食べてみました。

今まで、糖質オフの麺、パンを

食べてきましたが、テンションが

下がるくらいにまずい。

コンニャク、とスカスカのフスマパン。

やっぱりもっちりで甘みがあるほうが

うまいんよなぁ・・・

糖質制限をしていてもやっぱり

食べたくなるお米・・・

これ1パックで160g。
糖質は、37g。

だいたい通常のコシヒカリや秋田こまち
など一般にスーパーで売られているのは、
同グラムのごはんに60gほどの糖質が
入っていることになっています。

コンニャクマンナンが入っているので
またまずいんだろうなぁと・・・

500wで2分レンジでチンしたら、
ちゃんとしたごはんのかおり(´ ▽ `)ノ

あのね、普通のごはんの味!
若干ベチャっとしてますが、
パックのごはんだからかな?

今回3パックセットを試しに買って
みましたが、1パック120円ほど。

我慢してる人・・・
丼物屋に駆け込む前にこれを
思い出してください(´ ▽ `)ノ

大塚食品 マンナンごはん 160g×24個入
価格: 3110円 (税込、送料別) (2017/2/19時点)

ロードバイク いいね！