

[1/4 (月) 12:30]

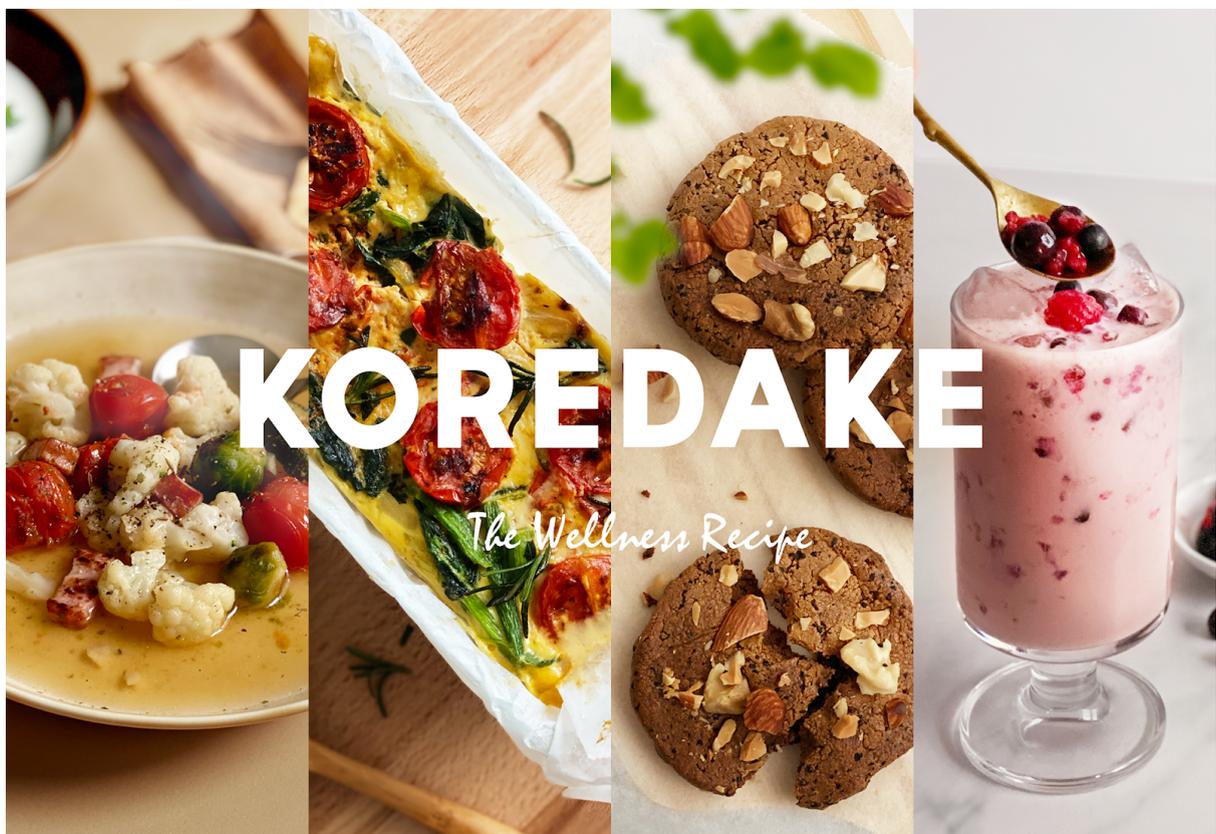
食べ過ぎてしまったお正月から、ゆるやかに日常へ戻すために。

身体も心も満たされる「ウェルネスレシピ」第1弾を公開！

人気沸騰中のウェルネスプロテイン『KOREDAKE』お正月キャンペーンも実施中

「わたしは、わたしらしく。」をコンセプトにウェルネスプロテイン『KOREDAKE』を展開する株式会社メッブル（本社：東京都渋谷区 / 代表取締役CEO：鈴木 友樹）は、ユーザーのウェルネスなライフスタイルをサポートしていくブランドとして、お正月太りを気にする人が多い中で身体も心も負荷をかけず、ゆるやかに日常へ戻していくための「ウェルネスレシピ」を公開いたしました。また、お正月キャンペーンとして<1月4日~1月31日>の期間内に『KOREDAKE』をご注文いただいた方全員に【お正月フードチャートポスター】をプレゼントいたします。

『KOREDAKE』WEB：<https://koredake.co.jp/>



■ 身体も心も満たされる『ウェルネスレシピ』とは

世の中の変化が激しい今、生活も様々な面で不安定になりがちです。

だからこそ、日々心が満たされること・幸せ（自分らしくいられること）であると感じることが重要です。

ウェルネスプロテイン『KOREDAKE』は、プロテインに留まらず“ウェルネスブランド”として、身体だけではなく、心の健康にも向き合い、ユーザーのウェルネスなライフスタイルをサポートしていくことを目指しています。

そのひとつとして、「食」生活の面で日常に寄り添うべく『ウェルネスレシピ』を提案いたします。

ダイエットしようと思っても、食生活の栄養バランスを整えようと思っても、今日までの生活を明日から変える行動は、意外と難しいものです。そして何より、それが義務感となって心にストレスを与えてしまうのは結果的にあなたを満たすライフスタイルでは無いのかもしれませんが。

身体にも心にもストレスフリーに、あなたの目指す生活へとゆるやかに切り替えていくためのレシピが『ウェルネスレシピ』です。『KOREDAKE』は、毎日にちょっとだけプラスすることで、身体が満たされ（= 栄養豊富）、心が満たされる（= 美味しい・手軽）レシピを提案していきます。

■『ウェルネスレシピ』第1弾 - お正月 -

第1弾は、食べ過ぎてしまったお正月から、ゆるやかに日常へ戻すための「糖質と脂質の代謝をアップさせる簡単作り置きレシピ」です。

糖質の代謝をアップするビタミンB1、ビタミンB1の吸収を助けるアリシン、脂質の代謝をアップするビタミンB2、また糖質と脂質に偏りがちのため、タンパク質もしっかり摂れるレシピとなっています。作り置きしておくことで、仕事初めで身体が忙しさに慣れない日々でも手軽に続けられること間違いなしです！

「ごろっと野菜のコンソメスープ」

【材料】（1人分）

- 野菜ミックス（冷凍） 1つかみ
- コンソメ 小さじ1
- 生姜チューブ 3cm
- にんにくチューブ 3cm
- 片栗粉 大さじ1
- ブラックペッパー お好み
- パセリ お好み
- 水 150ml



【作り方】

- ① 保存容器（タッパー/ジップロック）に●を全て入れて良く混ぜ（揉み）、密閉して冷凍する。
- ② 食べるときに水を加え < 600w 5分 > 加熱したら完成。

「ほうれん草と玉ねぎのオープンオムレツ」

【材料】（2～3人分）

- 玉ねぎ 1/4個
- ほうれん草（冷凍） 100g
- 卵 3個
- コンソメ 小さじ1
- マヨネーズ 大さじ1
- チーズ お好み



【作り方】

- ① 玉ねぎをくし切りにし、耐熱容器に入れて < 600w 5分 > 加熱する。
- ② シェーカーに 1 と●の材料を入れて良くシェイクする。
- ③ ①の耐熱容器に入れてふんわりとラップをかけ < 600w 3分 > 加熱したら完成。
- ◎ お好みの大きさに切ってラップで包んで冷凍する。

「KOREDAKE ミックスベリーシェイク」

【材料】（1人分）

- KOREDAKE 2スcoop
- 牛乳 100ml
- ミックスベリー（冷凍） 1つかみ ※半解凍
- 水（常温） 50ml

【作り方】

- ① シェーカーに●を入れてスプーンでよく潰す。
- ② ○を入れてシェイクしたら完成。



「KOREDAKE 紅茶クッキー」

【材料】（1人分）

- KOREDAKE 2スcoop
- 砂糖 大さじ1
- 紅茶パック（茶葉） 1つ
- オリーブオイル※代用可 大さじ1
- 豆乳 大さじ1
- ナッツ お好み



【作り方】

- ① ●をシェーカーにいれてよくシェイクする。
- ② ①に○を入れてまとまるまでシェイクする。
- ③ クッキングシートに2を出し、手でまとめ好きな形にする。
- ④ < 予熱170℃ 10分 > 焼いたら完成。

レシピ監修：KOREDAKE 管理栄養士 内田小百合

■ 1月購入者限定【お正月フードチャートポスター】

お正月キャンペーンとして<1月4日~1月31日>の期間内に『KOREDAKE』をご注文いただいた方全員に【お正月フードチャートポスター】をプレゼントいたします。

日常的に糖質とカロリーを日々見比べることで、食べる際のより良い選択のきっかけや、意識づけの手助けをしたいという想いから生まれたフードチャート。今回はお正月シーズンの料理やお酒をまとめました。



【お届け期間】 1月4日~1月31日 23:59まで

【プレゼント内容】 お正月フードチャートポスター

【注意事項】

- ・ 1月4日のご注文分から限定ポスターをお付けいたします！
- ・ 対象商品は< KOREDAKE 810g >のみとさせていただきます。
- ・ 定期購入をご購入いただいている方は、キャンペーン期間中のお届け分にお付けいたします。

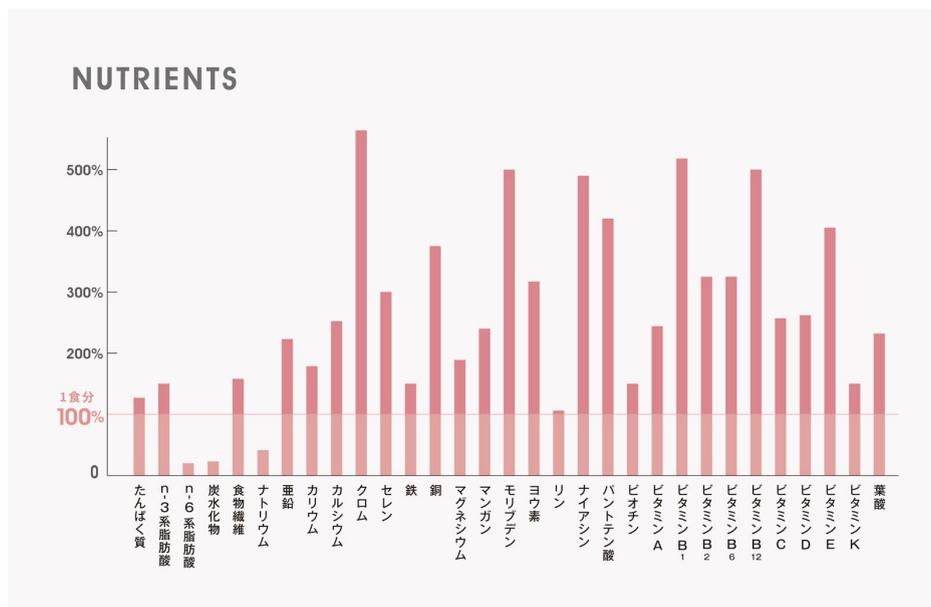
■ ウェルネスプロテイン『KOREDAKE』



『KOREDAKE』は、女性が1食に必要な31種類の栄養素をたっぷり配合した完全栄養プロテインです。日々の食事では不足しがちな、たんぱく質・食物繊維・26種のビタミン&ミネラルなどの栄養素を贅沢に配合しております。

低糖質・低カロリーなので、忙しい時の栄養豊富な朝ごはん、手軽な栄養補給、ダイエット時の1食の置き換えにもオススメです。毎日必要な栄養をすべて摂りながら、健康的でキレイなカラダを目指せます。

心と身体の健康の先の自分らしさの実現をサポートする“ウェルネスプロテイン”として、美味しさと栄養バランスを両立した安心安全な商品開発を追求し続けてまいります。



※推定値 / 厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2015年版）/18~49歳女性」に基づく（熱量・n-6系脂肪酸・炭水化物・ナトリウムを除く）

■『KOREDAKE』の特徴

- ・女性が1食に必要な31種類の栄養素をすべて配合※
 - ・ミルクティー味
 - ・国産ソイプロテイン
 - ・高たんぱく22.1g / 食物繊維9,500mg
 - ・管理栄養士 監修
 - ・7つのフリーを実現（グルテンフリー / 白砂糖フリー / 人工甘味料フリー / GMOフリー / 着色料フリー / 保存料フリー / 酸化防止剤フリー）
 - ・厳しいチェックと徹底した品質・衛生管理のもと《日本国内のGMP・HACCP認定工場》で製造
- ※厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2015年版）/18~49歳女性」に基づく（熱量・n-6系脂肪酸・炭水化物・ナトリウムを除く）

2020年3月の販売開始からすぐに、タンパク質含有量のみならず栄養バランスに優れたプロテインとして口コミをきっかけに話題となったことから、これまで一切の広告費をかけずに、昨年10月時点での累計販売数は発売開始直後と比較し100倍へと急成長を遂げました。

Instagramでは #KOREDAKE でタグ付けされた投稿は2,000件を突破。

友だち登録5,000人を超える公式LINEアカウントでは、ユーザーの皆さまから「プロテインは飲みにくいものがあるが、KOREDAKEは飲みやすくて美味しい」「栄養もしっかり摂れてお腹も満たしてくれるKOREDAKEは、手軽で朝ごはんにぴったり」「満腹感があって腹持ちがいいのでダイエットにちょうど良い」などの反響をいただき、20代後半~30代女性を中心に多くの方に支持されています。



ブランドサイト：<https://koredake.co.jp/>

Instagram（ブランド）：https://www.instagram.com/koredake_official/

Instagram（レシピ）：https://www.instagram.com/koredake_table/

公式LINEアカウント：<https://lin.ee/4baMyJg>

関連記事：「心身の健康の先にある幸せへ。ウェルネスブランドKOREDAKEが目指すもの」

https://5pmjournal.com/topics/fromthe5pmbrands/a0005_b0003/

■ 会社概要

社名：株式会社メップル (Mepple, Inc.)

代表：鈴木 友樹

設立：2018年1月11日

所在地：東京都渋谷区恵比寿 2-6-11

URL：<http://mepple.jp/>



【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社メップル PR：中沢

Tel：090-4392-3437 / E-mail：info@mepple.jp