

食べ物を変えると人生が変わる

～心と身体に優しい**自然派**料理を目指して～

自分の命に投資する。人の体は100%食べ物でできています。

私たち人間も自然界の一員。地球に感謝し自然の恵みを積極的に摂りたいものです。私たちはそんな自然のちからを共有するというコンセプトのもと、各種事業を「自然派のちから」ブランドとして位置付けています



食べ物を変えると人生が変わる。

セントラルフーズの食のちからのテーマです。

地産地消 100%を 目標に取り組んでいます。

～こだわり国内産食材～

自然派給食は地元でとれる大地の恵みを感じられる食材を使っていくように
取り組んでいます。

旬なものを収穫後直ぐに料理出来るように。

また、日本の自給率も上げていけるようにと国産の商品をベースに地産地消
率 100%を目指しています。

可能な限りの無添加調味料と純度の高い良質オイルの使用、

腸活をキーワードとした発酵食品、

食物繊維の多い発芽玄米、

SDGs を意識したプラントベースなど、

こだわりのある食事のご提案を心がけています。



「食のちから」は「自然のちから」

自然のちからを最大限に引き出して、美味しく健康的な食を

ご提供するための調理法の一つに「重ね煮」というものがあります。

重ね煮は食材の持つちからで作る調理法で自然のちからを丸ごと食べられま

す。セントラルフーズはこの重ね煮を推進しています。



重ね煮

～野菜の旨味を最大限に引き出す重ね煮の調理法～

重ね煮は、それぞれの食材が持つ陰性、陽性の特徴を鍋の中で調和のとれた物に近づけていきます。陰・陽の調和のとれたものを食べることで免疫力が上がり、身体と心のバランスも取れていきます。そして何よりも鍋に重ねるだけで、自然の恵みを丸ごと食べることができる便利で合理的な調理法です。旬の野菜をもっともっと暮らしの中に取り入れたいものです。



