

## コラム

ニンジンには食物繊維を豊富に含む一方で、ビタミンCを壊す酵素も多く含む。そこで、ニンジン入りの野菜ジュースには加熱したニンジンを用い、ビタミンCを壊す酵素を失活させ、ニンジンの良さ(食物繊維)とビタミンCの良さを活かす工夫をしている。