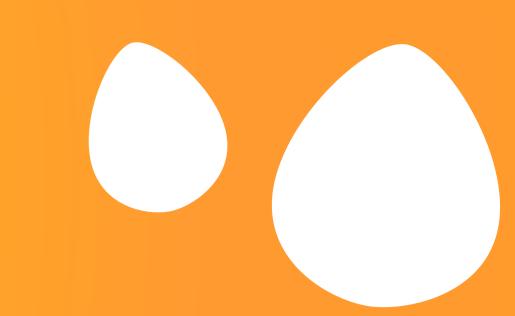


タマゴの特徴的な成分



たんぱく質

卵白たんぱく質には筋肉量・筋力の増大、 血中コレステロール低下、 内臓脂肪低減などの効果がある。

アミノ酸

必要なメチオニンが多く含まれる。 アミノ酸もバランスよく含まれる。

ルテイン&ゼアキサンチン

卵黄中のカロテノイド色素のひとつ。 抗酸化力があり、眼の健康維持に 重要な役割を担っている。

シアル酸

カラザに多く含まれる成分で、 免疫や神経機能に関わっている。 免疫力を高める効果がある。

卵殼膜

シスチンが多く含まれ、 肌の美白作用や弾力改善など 美容効果があるとされ、 サプリメントや化粧品に利用される。膝 関節の痛み改善効果もある。

メチオニン,シスチンなど)

肝臓でアルコールを分解するときに また、弱った肝臓の回復力を高める

ホスファチジルコリン

「コリン」は脳の発育に必要な栄養素。 卵黄リン脂質に含まれるホスファチジルコリンは 「卵黄コリン」とも呼ばれ、 コリンの重要な摂取源となっている。

リゾチーム

卵白に含まれる溶菌酵素。 殺菌効果がある。 風邪薬などの医薬品としても使われている。

卵殻カルシウム

食品やサプリメントなどの カルシウム強化用剤として使われている。