

ココウエルの ちいさな映画館

@ cocowell cafe

ココウエルカフェには大きくて真っ白な壁があります。
ここで定期的に「ココウエルのちいさな映画館」として上映会を行っています。
大きな映画館では、なかなか上映されないようなドキュメンタリー作品や
環境問題をテーマにした作品を中心に毎月2回上映しています。



3月 24(土) 17:30~18:30頃
ハッピー・リトル・アイランド
〜長寿で豊かなギリシャの島で〜

お金も物も僅かなこの島には、老いることを忘れた老人たちが、生き生きと暮らしているらしい。大都会から離島に移住し、人生を再出発した若者たちのドキュメンタリー。



4月 13日(金) 19:00~20:00
21日(土) 17:30~18:30
DAMNATION
ダムネーション

役立たずのダムを取り壊せ
すべては川の自由のために。常識を覆した挑戦者たちのドキュメンタリー。



5月 22日(火) 18:30~20:10
26日(土) 17:30~19:10
ビューティフル アイランズ
〜気候変動 沈む島の記憶〜

もう二度と見ることができない…切なく美しい島の物語。気候変動に揺れる3つの島を見つめたドキュメンタリー作品。

料金：¥1,000/1ドリンク付き ※上映開始10分前までに越しいただき、レジにてお支払いください。

ご予約お申し込み
上映会のスケジュール
お問い合わせ

ココウエルカフェ 北堀江店 大阪府大阪市西区北堀江1-13-21
TEL 06-6531-5572 (11:30~19:00) 定休日/水曜日
HP <http://cocowellcafe.jp>

社名 株式会社ココウエル
所在地 〒550-0012 大阪市西区立売堀5-5-7
TEL 06-6541-5572
FAX 06-6543-5571
設立 2004年8月16日
代表 代表取締役 水井裕
事業内容 ココナッツ製品の開発、原料卸・小売販売
URL <http://www.cocowell.co.jp>
<http://www.facebook.com/COCOWELL.JP>
@COCOWELL_JP

- 〈ココウエルのお約束〉
- ココナッツの自然の力を最大限に活かしたモノづくりに努めること。
 - フィリピンの生産者を支え、ともにココナッツ産業の持続的発展に貢献すること。
 - お客様の美容健康に寄与できる商品を提供し続けること。
 - 商品の安全・安心を追い求め、クオリティを妥協しないこと。
 - 地球を汚さないモノづくり、事業活動に努めること。
 - お客様との信頼関係を大切にし、誠心誠意でご対応すること。
 - ココウエルで働くスタッフとその家族が皆幸せであること。

商品のご注文・ご質問はフリーダイヤルで **0120-01-5572** 10:00~18:30 (土曜・日曜・祝日定休日)

ココナッツ情報マガジン・ココナティスト

COCONUTIST

2018 spring

ココウエルカフェ × 大阪キャリアリー製菓専門学校

ココナッツメニュー開発プロジェクト

COCOWELL USER INTERVIEW

ココウエルユーザーインタビュー





春のココナッツレシピ

- ココナッツスコーン
- きのこの炊き込みご飯
- シーザーサラダ

知って広がる! ココナッツ豆知識

ココナッツオイルに豊富に含まれる

「中鎖脂肪酸(MCT)」

ココウエルのおすすめ **cocowell RECOMMEND** ココナッツ素材を楽しめるお店

ココウエル伝言板 **cocowell INFORMATION** 水井裕「お話会」+ココウエルカフェ「ランチ会」店舗&イベント出店情報



ココナッツメニュー開発プロジェクト

このページは、学生たちが構成や文章を作ってくれました

大阪キャリアナリー製菓調理専門学校の学生たちが、春のココウェルカフェメニューを考案してくれました！7ヶ月以上の月日をかけて、ココナッツ食材の研究と試作を繰り返しながら取り組んでくれたメニュー開発は、学生ならではの斬新なアイデアもあり、新しいココナッツの可能性を広げるものとなりました。

学校紹介

大阪キャリアナリー製菓調理専門学校

業界トッププロから実践的に知識や技術を学び、人々に笑顔と感動を与える力を育て、就職・開業などのサポートがある学校です。カフェ総合科カフェパティシエコース・パリストコースではカフェに必要なパリスト・製菓・調理等幅広く学び、業界のあらゆるシーンで活躍できるスペシャリストを目指しています。



学生たちが作る！メニュー開発のプロセス

01. 企画プロデュース & コンセプト

ココウェルカフェより「ローカーボ(低糖質)でココナッツを使用したワンプレート/スイーツ/ドリンク各メニューの提案」の商品開発課題をいただきました。オリエンテーションではお店のコンセプト、お客様の雰囲気、現在提供されている商品などのレクチャーを受けました。



02. メニューのアイデア

3~4名で1グループになり、実際にココウェルカフェを訪れ、店舗イメージに合う商品のコンセプト・食材の選定・味付けを考え企画書を作成しました。ココナッツの特性や栄養価、食材との相性など様々な角度から研究しながら、試行錯誤を重ねました。



03. 一次プレゼンテーション

各グループが考案したメニューを実際にご試食いただきながら企画の趣旨などのプレゼンテーションを行いました。質疑応答では工夫した点や苦労した点など自分たちの想いもお伝えしました。その結果、ランチプレート、スイーツ、ドリンクの各2品が2次選考に進みました。



05. 最終プレゼンテーション

最終プレゼンテーションでは、パワーポイントを使用し、メニューに込めた想い・前回からの改善点などをご説明しました。また、原価や売価などのご提案もしました。ココウェルによる厳正なる審査の結果、最優秀賞に選ばれた3品の商品化が決定しました。



04. ココウェルからのフィードバック

一次プレゼンテーションで選ばれたグループは、商品の保存方法や改善点など、実際に店舗で販売する時のオペレーションを考えたアドバイスをいただきました。それを踏まえ、最終プレゼンテーションに向け、さらに試作を重ねました。



cocowell cafe MENU

ココウェルカフェメニュー



PLATE
プレート

COCO ランチプレート

梅しそ焼きは鶏胸肉にココナッツファインをまぶしオーブンで焼き上げています。別添えの“しそペース”はココナッツオイルとしそを合わせた今までにない新感覚のソースで、梅しそ焼きと一緒に食べると爽やかな風味とココナッツ感を最大に楽しめるように仕上げました。



近藤 光瑠さん

☆こだわりポイント！

パン粉の代替としてココナッツファインを衣に使用し、糖質を抑えながらもお肉を食べた満足感が得られるように工夫しました。

ココウェルカフェスタッフより /

春らしく彩りも鮮やかで、ココナッツ感を楽しめるランチプレートに仕上げてくださいました。しそペース、美味しいです！

DESSERT
デザート

春のいちごボネ



イタリアの「ボネ」という伝統菓子を春らしくアレンジした、低糖質ということをお忘れしない本格スイーツです。トッピングにはココナッツ風味のヨーグルトクリームといちご、タイムを飾りました。



松下 穂乃香さん

☆こだわりポイント

濃厚なプリン生地にココナッツクッキーを砕き入れ食感にこだわり、いちごソースにはアクセントとして、トッピングにも使用している疲労回復効果のあるタイムを加えました。

ココウェルカフェスタッフより /

本格スイーツをココナッツ仕様にアレンジしてくれました。濃厚なプリンにいちごソース、ヨーグルトクリームが絶妙にマッチしています。

DRINK
ドリンク

春のマチェドニアソーダ ～アップルビネガー仕立て～



リキッドココナッツオイルとリンゴ酢がまるやかに馴染んだ爽やか風味のマチェドニアに、ナタデココとミントを加えて層になるよう静かにソーダを注いだ色鮮やかなドリンクです。



小林 美月さん

☆こだわりポイント

旬のフルーツをリキッドココナッツオイルとリンゴ酢と共にマチェドニアにすることで、全体の味が馴染みやすくなります。リンゴ酢仕立てなので甘すぎず、春に飲みたくなるようなすっきり爽やかなソーダに仕上げています。

ココウェルカフェスタッフより /

リキッドココナッツオイルとリンゴ酢のマチェドニアがとても爽やか！新感覚のドリンクメニューで、お客様にご提供するのを楽しみます。

学生が開発メニューが楽しめる1ヶ月！

4月1日(日)～30日(月) @cocowell cafe

ランチプレート▶11:30～15:00まで デザート&ドリンク▶終日ご注文いただけます

今回開発された学生メニューは4/1～30までの1ヶ月間、ココウェルカフェでご提供いたします。学生さんたちが試行錯誤し、作り上げてくれた美味しいメニューを多くのお客様にお召し上がりいただきたいです。ぜひ、4月のココウェルカフェにお立ち寄りください！

[cocowell cafe] 大阪市西区北堀江1-13-21 1F TEL:06-6531-5572 open 11:30-19:00 / close 水曜日

私たちの開発したメニューは4/1より販売いたします！



ココウェルカフェにぜひお立ち寄りください！

Season's Recipes by Cocowell Kitchen

春のココナッツレシピ

お好みの具材に、ココナッツをプラス！
気軽に楽しめるココナッツメニューをご紹介します！



レシピサイトはこちらから/
cocowell HP: How to use (商品の使い方)
http://www.cocowell.co.jp/howto/

Recipe 1 ココナッツスコーン

チョコでもドライフルーツでもOK! 簡単ココナッツスコーン



〈材料〉

- ・薄力粉 50g
- ・強力粉 50g
- ・ココナッツシュガー 20g
- ・ベーキングパウダー 3g
- ・リキッドココナッツオイル 30g
- ・牛乳 30g
- ・デシケイテッドココナッツ(ファイン) 15g
- ・チョコレート 15g
- ・塩ひとつまみ

〈作り方〉

- 1 粉類はふるっておく。チョコレートは刻んでおく。
- 2 ボウルに粉類、シュガー、塩、ベーキングパウダーを入れ、真ん中にリキッドココナッツオイル、牛乳を入れ切るように混ぜる。
- 3 2の中にデシケイテッドココナッツ、刻んだチョコを入れさらに切るように混ぜ、粉っぽさが残る位でひとまとめにする。
- 4 2cm位の厚みで円形に伸ばし(ピザのような形)、それを6~8等分して予熱したオーブン180℃で15~18分ほど焼く。

coconut items



リキッドココナッツオイル
ココナッツシュガー
デシケイテッドココナッツ(ファイン)

Recipe 2 きのこの炊き込みご飯

お好みで旬の食材を! ココナッツオイルで糖質の吸収を緩やかにしてくれる



※写真はにんじんも使っています

〈材料〉

- ・米 3合
- ・しいたけ 6枚
- ・しめじ 1パック
- ・お酒 大さじ3
- ・しょう油 大さじ2
- ・だし汁 500ml
- ・塩 ひとつまみ
- ・プレミアムココナッツオイル 大さじ1

〈作り方〉

- 1 米をとき、浸水させる。
- 2 しいたけを薄切りにし、しめじをほぐす。
- 3 2をボウルに入れ、酒、しょう油を加えて絡める。
- 4 米、だし汁、塩、プレミアムココナッツオイル、3の汁を入れる。
- 5 最後に3の具を上にならにならしながら入れ、炊飯する。

coconut items



プレミアムココナッツオイル

Recipe 3 シーザーサラダ

クルトンの代わりに揚げたデシケイテッドココナッツ(ロング)で新しい食感を楽しんで下さい



〈材料〉2人分

- ・水菜 100g
- ・ペビーリーフ 少々
- ・ミニトマト 3個
- ・ゆで卵 1個
- ・むきエビ 40g
- ・デシケイテッドココナッツ(ロング)大さじ3
- ☆リキッドココナッツオイル 小さじ1
- ☆ココマヨネーズ 大さじ2
- ☆レモン汁 小さじ1
- ☆ココナッツシュガー 小さじ1
- ☆すりおろしにんにく 少々
- ☆牛乳 大さじ1
- ☆粉チーズ 大さじ1
- ☆黒こしょう 少々

〈作り方〉

- 1 水菜は5cm幅に切り、ミニトマトは縦半分に切る。ゆで卵は皮をむいて4等分のくし切りにする。☆の調味料を混ぜ合わせておく。
- 2 鍋にお湯を沸かし、むきエビを茹でザルにあげる。
- 3 デシケイテッドココナッツ(ロング)をココナッツオイル(分量外)できつね色になるまで揚げる。
- 4 皿に水菜、ミニトマト、ゆで卵、ペビーリーフ、むきエビを乗せ、3を上にかける。仕上げに☆のドレッシングをかける。

coconut items



リキッドココナッツオイル
ココナッツシュガー
デシケイテッドココナッツ(ロング)

COCOWELL USER INTERVIEW

ココウェルユーザーインタビュー

ココウェルには欠かせないフィリピンをイメージしたイラストとロゴマークを描き、ココウェル商品を長く愛用してくださっているイラストレーター兼デザイナーの秋山祥子さんにお話を伺いました。



PROFILE

momo cosmos (モモ・コスモ)
デザイナー
イラストレーター
あきやま しょうこ
秋山 祥子さん

鎌倉在住。美大卒業後、都内デザインプロダクション勤務を経て、2005年よりフリーランスとして活動開始。グラフィックデザイナーとして培った感性をもとに、大地・海・女性・植物・音楽・私生活からインスピレーションを受けて絵を描く。ワークショップ、ライブペインティング、フェイスペインティングなど幅広く活動。ココウェルのイラストレーション、デザインを担当。

普段のお仕事をお聞かせ下さい

フリーランスでグラフィックデザイナー兼イラストレーターをしています。並行して個展等の作品展示や、イベントではライブペインティング、フェイス&ボディペインティング、ワークショップなどアート活動も行っています。

ココウェルとの出会いは?

7年ほど前、当時私は友達のスキンケアブランドのデザインに携っていたんですが、ココウェルさんと同じエコ雑貨倶楽部に所属していて、イベントのお手伝いを通して出会いました。ココウェルがまだ水井さんと東さんのお二人の時でした。そんな中、水井さんが私のHPに載せていたヤシの木が入ったイラストを見てくださったようで、その後ココウェルのロゴマークや商品ラベルデザイン、イラストなど担当させていただいています。



ココウェルカフェに飾られているストーリー絵画。全部で5種類。

ココウェル商品をどのように生活に取り入れていますか?

きっとココウェルスタッフさんに負けなくらいココウェル商品を愛用しています。笑。一番使用頻度が高いのは、エクストラバージンココナッツオイルです。主に菓子作りのバターの代用に、そしてスキンケア&メイク落とし、シャンプー後のヘアケアと毎日使っています。温暖な地の植物のためか、特に夏はココナッツオイルとの相性がよいと感じます。こんなに軽くてさらっとしたオイルは他にないですね。面倒くさがるの私にとって救世主だったのが、リキッドココナッツオイル。秋冬の料理にはリキッドを愛用しています。そして、ココリップとココソープ。ココリップはいつもポケットに入っています。ココソープは、きめ細かい優しい泡とふわっと香る天然の香りに毎日癒されています。温泉や旅行時も持って行きますよ。この2つは、ちょっとした

プレゼントとして贈ることも多いです。自分のデザインした商品たちなので、尚更ですね。私にとってココウェル商品は、いろんな喜びが詰まったものたちです。

ライフスタイルで気にかけていることはありますか?

仕事柄デスクワークが多く、脳はフル回転しても体を動かすことが本当に少ないので、リフレッシュのために体を動かすことや自然に触れることを意識して取り入れています。拠点としている鎌倉・材木座には海がすぐ傍にあって、波があつたらサーフィン、波がなかったらランニング。美しい夕陽が拝める場所なので、サンセットタイムは海岸に出て写真を撮ったり、素足になって砂絵を描いたり(大地とコネクト)、心身のバランスをとる大切な時間になっています。自然の中に身を置いて深呼吸すると本当に気持ちいいですよ。



素手で描いた砂絵。母なる大地とコネクトすることでパワーチャージ。

INFORMATION

momo cosmos モモ・コスモ

Facebook: shoko/momocosmos Instagram: @shoko_momocosmos
HP: www.momocosmos.com mail: info@momocosmos.com

イベント出店、ワークショップなど日々の活動はSNSにて随時発信!

今回のテーマ

ココナッツオイルに豊富に含まれる

「中鎖脂肪酸(MCT)」



ココナッツオイルに豊富に含まれる「中鎖脂肪酸(MCT: Medium Chain Triglyceride)」。その特長や働きについてまとめてみました。



01. 中鎖脂肪酸(MCT)とは?

中鎖脂肪酸(MCT: Medium Chain Triglyceride)は、植物ではココヤシやパームヤシなどの胚乳(果実の核の部分)のみに含まれる分子の短い脂肪酸で、**体内に吸収されやすくすぐにエネルギーになる**という特長があります。

赤ちゃんの栄養分となる母乳にも豊富に含まれており、手術後の方や未熟児として生まれた赤ちゃんの栄養として点滴の成分にも利用されてきました。近頃は**生活習慣病の予防や運動時の栄養補給**、さらには**脳の栄養源**としても注目されています。

ココナッツオイル、オリーブオイルやごま油などの「油」は、オレイン酸、ラウリン酸、リノール酸などの複数の「脂肪酸」が集まってできたものです。それぞれの「油」の特性となる「脂肪酸」は、**炭素(C)、水素(H)、酸素(O)**から構成され、炭素(C)が鎖状に繋がり、水素と結び付いて出ています。脂肪酸を炭素の数で分類すると、炭素数が6以下の「短鎖脂肪酸」、炭素数が7~12の「中鎖脂肪酸」、炭素数が13以上の「長鎖脂肪酸」に分けることができます。

～ 脂肪酸の分類 ～

脂肪酸の種類	炭素数	脂肪酸名	主な食品		
飽和脂肪酸	短鎖	2-6	酢酸・酪酸・カプロン酸	バターなど	
	中鎖	8	カプリル酸	MCTオイル、ココナッツオイルなど	
		10	カプリン酸		
		12	ラウリン酸		
	長鎖	14-18	ミリスチン酸・パルミチン酸・ステアリン酸	ココナッツオイルほか動植物に分布	
不飽和脂肪酸	長鎖	一価	18	オレイン酸	オリーブ油など
		多価	18	リノール酸	コーン油・綿実油など
		多価	18-22	α-リノレン酸、EPA、DHAなど	アマニ油・魚油など

炭素数が少ないほど分子が小さく、分解が早いと言われています。短鎖脂肪酸は植物油にはほとんど含まれておらず、植物油の脂肪酸は長鎖脂肪酸を中心に構成されています。

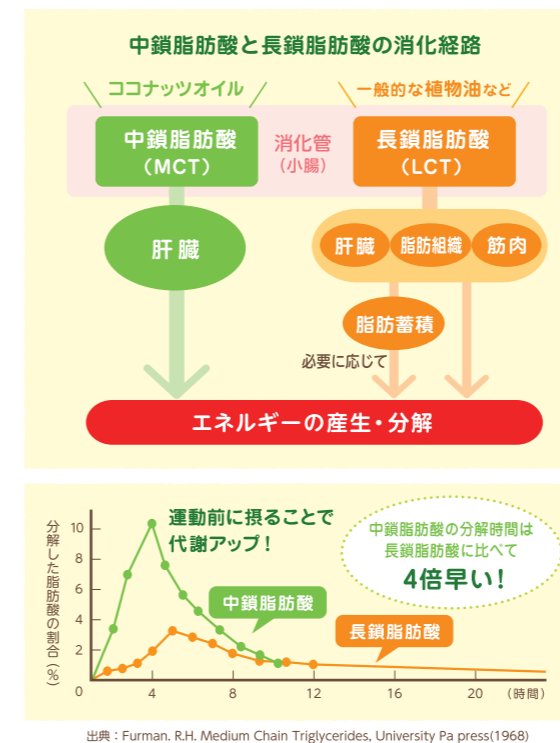
中鎖脂肪酸(MCT)の特長



ココナッツオイルは約65%が中鎖脂肪酸で構成されていますが、他のほとんどの植物油は長鎖脂肪酸のみで構成されています。**中鎖脂肪酸を豊富に含んでいることが、ココナッツオイルの最大の特長です。**

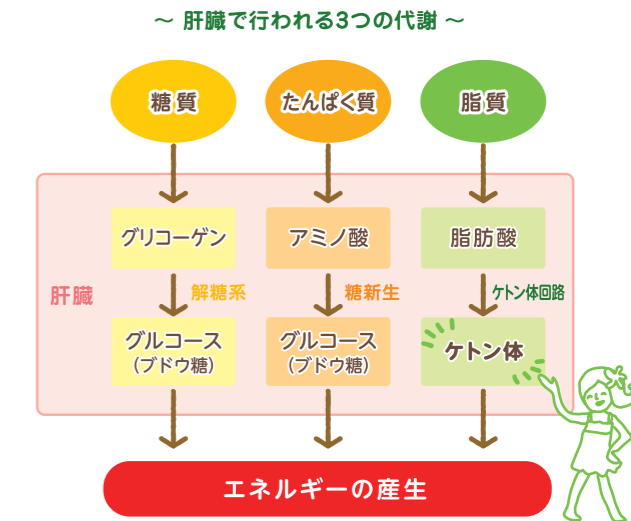
02. すばやく消化吸収・代謝される中鎖脂肪酸

中鎖脂肪酸は分子が小さく水に溶けやすい性質があるため、小腸で吸収され門脈を通過して直接肝臓へ運ばれ、即座にエネルギーになります。一方の長鎖脂肪酸は小腸から吸収されたあと、リンパ管や静脈を通過して脂肪組織や筋肉、肝臓に運ばれ、必要に応じて分解・貯蔵されます。分子構造の違いから、消化・吸収の経路が異なるため、中鎖脂肪酸は、一般的な油に比べて、**約4倍の速さで消化・吸収され、約10倍の速さで代謝**されてエネルギーになります。



03. ケトン体を作り出す中鎖脂肪酸

中鎖脂肪酸は、ブドウ糖に代わる第二のエネルギー源として注目されている「**ケトン体**」の生成にも役立つと言われてます。私たちは普段、米や小麦・砂糖などに多く含まれる糖質から作られるブドウ糖を主なエネルギー源として利用していますが、私たちの体にはブドウ糖とは別のエネルギー源を作り出す仕組みが備わっています。そのエネルギー源こそが「ケトン体」です。私たちの脳や体は一番のエネルギー源であるブドウ糖が不足して枯渇状態になると、体に蓄えられた脂肪や摂取した油脂を分解してケトン体を生成し、主なエネルギー源として自動的に利用します。ところが、中鎖脂肪酸は体にブドウ糖が存在するときでも、**ケトン体を作り出す働き**があるとされています。



ブドウ糖に代わるエネルギー源として注目の「ケトン体」を作り、エネルギー代謝も早い「中鎖脂肪酸」。自然界で最も多く「中鎖脂肪酸」を含むのがココナッツオイルです!

cocowellのココナッツオイル
ココウェルでは3種類のココナッツオイルをご用意しておりますので、お好みや用途でお選びいただき、中鎖脂肪酸の摂取にお役立てください。



詳しくはP.9の商品ラインナップをご覧ください

▶ Cocowell's Friend SHOP
ココナッツメニューを楽しめるお店

米粉お菓子教室
Vol.5 Comeconoco Laboratory /大阪

第5回目のお店紹介は、すべてのメニューを米粉100%(グルテンフリー)で作っている米粉お菓子教室『Comeconoco Laboratory』さんです。cocowell cafeでも何度かコラボレッスンをしてくださっているYukikoさんにお話を伺いました。

米粉の料理教室を始められたきっかけは？

もともと洋菓子店のパティシエをしていたので小麦粉でお菓子を作っていました。国産食材の魅力にもっと目を向けたいと思ったことがきっかけで米粉を使い始めました。米粉を使っていくうちに、美味しさや作業性の良さに感動し、米粉の魅力を多くの方にご紹介したいという思いから米粉専門の教室を始めました。

米粉の特長を教えてください。

製菓用の米粉はうるち米を細かく製粉したものです。グルテンが含まれないので小麦アレルギーの方や、グルテンフリーの食生活をされている方にも安心してお召し上がりいただけます。また小麦粉と違ってふるわなくて良かったり、水に溶けやすく混ぜやすいという特長もあるので、お菓子作りにおいてはとても使いやすい原料です。

ココウェル商品を使い始めたきっかけは？

ヘルシーなお菓子を作りたいと、質の良いココナッツオイルを探していた時にココウェルさんのことを知りました。製造の工程からこだわりを感じ、使わせていただくことに決めました。その他お菓子作りによく使うココナッツファイバーやココナッツロングも、ココウェルさんのものは無漂白で安心・安全なので愛用させていただいています。

ココナッツ製品を料理教室で使ってみて、米粉との相性はいかがですか？

まだまだココナッツ初心者なのですが、米粉との相性も良く使いやすいと感じています。特にバターや卵を使わないヴィーガン仕様のお菓子を作る際には、ココナッツを使うことで食感や風味が出せるので愛用させていただいています。

ココナッツ素材のお客様の反応はいかがですか？

とても好評です！当教室では、お料理にもお菓子にも使いやすい、香りのないプレミアムココナッツオイルが人気です。温度によって固まったり溶けたりするココナッツオイルの性質や、使うときのコツなどをレッスン内でお伝えし、「ココナッツオイルって、扱いが難しそう」と思っていた生徒さまにも手に取っていただけるきっかけづくりができればと思っています。私自身、ココウェルさんとのコラボイベントを通して、ココナッツがどのようにカラダに良いのかなどの知識を得ることができたので、ますます積極的に菓子作りに取り入れていきたいと思っています。



レッスンで使う米粉といっしょにココナッツオイルも販売



Yukikoさん
「おいしく、たのしく、おしゃれな、こめこ。」をテーマに米粉の魅力とお菓子作りの楽しさをお伝えすべく奮闘中。

[SHOP Info]
米粉お菓子教室 Comeconoco Laboratory
大阪市中央区釣鐘町1丁目(住所の詳細と電話番号は、ご予約いただいた方のみお伝えしております)
URL: <http://comeconoco.main.jp> Instagram: @comeconoco_glutenfree_lab

▶ Event Info イベント出店情報

出店内容: 物販 ココウェル商品の販売 FD物販 Francis+Dale(フランシス・デール)商品の販売 飲食 ココウェルカフェの飲食販売

3月

FANTASTIC MARKET in OAP

3月31日(土)～4月1日(日)
11:00～17:00

会場:大阪アメニティーパーク・foodscape STORE前広場(大阪市北区天満橋)
「出会い、繋がる、広がる」をテーマにしたマーケット

物販 FD物販

5月

アースデイ神戸2018

5月4日(金・祝) 11:00～17:00
5月5日(土・祝) 10:00～16:00

会場:みなとのもり公園(兵庫県神戸市)
地球と人に優しく新しいライフスタイルを提案するアースデイイベント

物販 FD物販 飲食

その他にも
出店イベントがいっぱい!
詳しくはこちら



[cocowell HP] Event Information

※記載内容は変更になる場合があります。詳しくはHPの「イベント情報」をご確認ください。

気軽に学べるランチ講座

ココウェル代表 水井裕 / ココウェルカフェ /
お話し会 + ランチ会

@cocowell cafe



ココウェル代表 水井裕

3月～5月に月一回のお話し会を開催!

10年以上も日本でココナッツ商品を広げつつ、ココナッツを通してフィリピンの貧困問題解決にも取り組んでいるココウェル代表水井裕のお話し会を開催します。「ココナッツの基礎」、「低糖質」、「フェアトレード」と毎回違うテーマのお話し会後は、月替わりのココウェルプレートを食べいただけるランチ会♪この機会にココナッツ博士にいろいろ質問してみてくださいね!

3/18(日) 10:30～12:00

「スーパーフード」の
ココナッツを基礎から学ぶ

太古から生命の木と呼ばれ、人々の貴重な食料資源として利用されてきたココナッツ。ココナッツの生態から、ココナッツ製品の効用についてお伝えします。

詳細、お申し込みは
cocowell cafeまで!



ココウェルカフェ
大阪市西区北堀江1-13-21 1F
TEL: 06-6531-5572

お申込みフォーム

参加費 各回: 2,000円(税別)

4/7(土) 10:30～12:00

ココナッツで
「低糖質生活」を始めるために

糖質の過剰摂取による弊害、低糖質の食生活の有効性に注目が集まっています。なぜ糖質を抑える必要があるのか、どのようにしてココナッツを低糖質生活に取り入れるのかをお伝えします。

5/12(土) 10:30～12:00

ココナッツで
「フェアトレード」を考える

毎年5月の第2土曜日は世界中でフェアトレードを考える「世界フェアトレードデー」。ココナッツを通じてフィリピンの貧困問題への貢献を目指す、ココウェルのフィリピンでの取り組みについてお伝えします。

▶ Shop Info 店舗情報



ココウェル 本社

「ココウェル家庭科部」が発足しました! スタッフを3チームに分け、月交代でお料理を担当。スイーツやお料理の月と、みんなでお腹いっぱい食べられるランチの月があります。普段お料理をしないスタッフも積極的に参加して、よりココナッツの魅力をお伝えできるよう頑張っています。

<https://www.facebook.com/COCOWELL.JP>
@cocowell_jp

<ココウェル 本社>
〒550-0012 大阪市西区立売堀5-5-7
TEL: ☎0120-01-5572 FAX: 06-6543-5571
open 10:00-18:30 / close 土、日、祝 2台



ココウェルカフェ 北堀江店

春のココナッツメニューをご用意してお待ちしています! 上記のお話し会+ランチ会や映画の上映会、4月には米粉お菓子教室のYukiko先生をお招きし、米粉のお料理のワークショップも企画しています! ホームページやフェイスブックなどチェックしてくださいね!

<https://www.facebook.com/cocowellcafe/>
@cocowellcafe

<cocowell cafe>
〒550-0014 大阪市西区北堀江1-13-21 1F
TEL: 06-6531-5572 FAX: 06-6531-5579
open 11:30-19:00 / close 水曜日



ココウェル 自由が丘店

東京 自由が丘駅から徒歩約5分。閑静な住宅街にあるオーガニックコットン専門店メイド・イン・アースさんの地下に店舗があります。赤ちゃん連れのお母さんにも安心してお越しいただける授乳室も完備。毎月第一土曜日にはオーガニックマルシェを開催しています。最新情報は自由が丘店ツイッターをチェックしてください!

@cocowell_jyg

<cocowell 自由が丘店>
〒158-0083 東京都世田谷区奥沢7-3-10
TEL: 03-6432-1120 FAX: 03-6432-1140
open 11:00-19:00 / close 水曜日(祝日を除く)

☑ cocowell MAIL MAGAZINE ココウェルメールマガジン

新商品、イベント出店、キャンペーンなどの新着情報が満載のメールマガジンをお届けします。ぜひご登録ください。

ご登録はこちらから▶▶▶



coconut foods
ココナツの食品



エキストラバージンココナツオイル
360g (400ml) ¥2,400(税別) / 225g (250ml) ¥1,800(税別)
スティック (7g×10本) ¥800(税別) ※50本入り、100本入りもございます。

粉碎した生の果肉を40℃以下の温風で乾燥させ、水分を0.1%以下にまで取り除いてから低温圧搾するエクスペラ法を採用。より鮮度が高く、残留水分の低下により品質の劣化を防ぎます。有機JAS認証を取得。中鎖脂肪酸(MCT)を約65%含みます。

別売 早溶けスプレッドナイフ ¥1,200(税別)

プレミアムココナツオイル
460g (500ml) ¥950(税別)

スティック (7g×10本) ¥600(税別) ※50本入り、100本入りもございます。
乾燥させたココナツの果肉を圧搾したクッキング用オイル。油の旨みはありますが香りはほとんど無く、一般のお料理にお使いいただけます。酸化安定性が高いので、炒め物や揚げ物といった加熱料理にオススメです。中鎖脂肪酸(MCT)を約61%含みます。

リキッドココナツオイル
280g (300ml) ¥2,400(税別)

スティック (7g×10本) ¥900(税別) ※50本入り、100本入りもございます。
製造工程でゆっくりと温度を下げていき、固まりやすい脂肪酸だけを取り除いた、低温でも固まりにくい液体ココナツオイル。中鎖脂肪酸(MCT)は93%と通常の1.5倍含みます。冬場でも固まりにくいので、冷たい飲み物やサラダなどの料理にかけてご利用いただけます。ココナツの香りも控えめ。

液だれしにくい
新キャップに
なりました!

通販&直営店限定



ココディップ
黒豆 / リんご 150g ¥900(税別)

ココナツと相性の良い素材をペースト状にしてエキストラバージンココナツオイルと一緒に閉じ込めました。甘み付けには低GIのココナツシュガーを使用。保存料・着色料無添加。パンやクラッカーにつけたり、ヨーグルトに入れてお召し上がりください。



ココマヨネーズ
150g ¥800(税別)

原料全体の約73%を占めるオイルには、贅沢にリキッドココナツオイルだけを使用し、全体のおよそ68%が中鎖脂肪酸という高配合。自然原料の飼料で育てたセイアグリ健康卵を使用し、国産りんご果汁100%のりんご酢に、ココナツシュガー、平糶製法で作られた天然塩、からし、とシンプルで安心な原料だけにこだわって作りました。

coconut cosmetics
ココナツの化粧品



オーガニックバージンココナツオイル
140ml ¥1,800(税別)

バージンココナツオイル100%の美容オイル。ココナツオイル特有の微細な分子により、べたつかずしっとり保湿します。香料は使っておらず、ココナツ本来の甘い香りが楽しめます。お肌の敏感な方や赤ちゃんの保湿ケアに。全身に、髪にと幅広くお使いいただけます。



オーガニックココリップ
5g ¥600(税別)

バージンココナツオイルとミツロウの保湿力で、乾いた唇も長時間潤い保湿します。天然精油の香りで使うのが楽しくなります。

オーガニックココファンリップ※
5g ¥600(税別)

- Bioココリップ: ココナツ好きにはたまらない南国の香り
- Teasココリップ: 完熟マンゴーの甘い香り
- Juicyココリップ: 思わず食べたくなるすっきり甘い香り
- Sweetココリップ: くにびくに広がるスイートバナナの香り
- Queenココリップ: フィリピンの国花、日本では珍しいジャスミンの香り
- ※ 商品代金のうち100円がココファンリップに寄付され、通信制高校生のスタディツアーに利用されます。



ココナツファイバー
250g ¥950(税別)

“ココナツフラワー”とも呼ばれ、オイルを搾った後のココナツ果肉を乾燥させた、食物繊維が豊富な微粉末の新食材です。お腹の中で約3倍に膨らみ、満腹感が得られます。疲労回復の働きがある必須アミノ酸もバランスよく含んでいます。グルテンフリーで、ヨーグルトやカレーに混ぜたり、料理で小麦粉に足したりしてお使いください。



デシケイテッドココナツ
ファイン / ロング 200g ¥470(税別)

ココナツの果肉を乾燥させた粒状のフレーク。無添加・無漂白で、水分も3%以下に抑えた高品質フレークです。パン粉状のファインと細長いロングの2種類があり、お好みで使い分けができます。ココナツの豊かな風味とシャリシャリの食感が楽しめます。



ココナツシュガー
1kg ¥2,400(税別) / 250g ¥850(税別)

香ばしくて美味しいココナツの花蜜糖。黒糖のようなコクがありながら後味さっぱり。ミネラルも豊富で、低GIシュガーとして注目されています。血糖値の気になる方にも。コーヒーや煮物料理など、一般の砂糖と同じようにお使いいただけます。



ココナツミルクパウダー
300g ¥2,000(税別)

ココナツの果肉から搾った新鮮なココナツミルクを、スプレッドライ製法で瞬時に微粉末にしました。水分を取り除くことにより、鮮度を維持したままの保存が可能です。原材料はココナツとタピオカ粉末だけ。食品添加物を一切使用せず、粉末化するために必要なでんぷん質としてタピオカ粉末を使用しています。中鎖脂肪酸(MCT)を約27%含みます。



ココソープ
95g ¥800(税別)

顔だけでなく体、髪も洗えるソープ。コールドプロセス&スーパーファット製法により高い洗浄力とつばらない洗いがりを両立しました。主成分ラウリン酸による豊かな泡立ちが特徴です。敏感なお肌の方にもお使いいただけるよう、高品質のバージンココナツオイルを100%使用しました。バージンココナツオイル、水酸化ナトリウム、水、天然精油といったとてもシンプルな天然原料のみでつくられています。

Francis+Dale レイテと世界の食卓に彩りを



2013年11月、フィリピンの中部に大きな被害をもたらした大型台風ヨランダ。ココウェルでは支援活動としてココナツの倒木を活かし、被災地「レイテ」の方に木工雑貨を作っていただく「ココウッドプロジェクト(ブランド名:Coco no Ki)」を立ち上げました。そして、作る人使う人にとってよりよい「ものづくり」を求め、現地で育ったマホガニーの木を使った「Francis+Dale」へと変わりました。詳しくは公式ホームページをご覧ください。

フランシスデール公式ホームページ <http://francisdale.jp>