

「還元水(アルカリオン水)」の上手な利用法 (pH8.5~9.5)

- アルカリオン水の特徴
膨潤作用.....モノを柔らかくする作用
溶解力.....モノを溶かし引き出す作用
熱伝導.....熱が早く伝わり沸騰するまでの時間が短い
その他.....老化防止、体温安定 活性酸素を消去する水として最近では**活性酸素**と呼ばれています。(学説の一つです)
- ① 飲み水に
朝起きたらコップ2~3杯飲みます。水道水と比べて臭いがなく、ノドごしが軽く、また甘美な味がします。
- ② お酒の飲みすぎに
二日酔いの場合、コップ2~3杯飲みます。(お休み前に飲みます)
- ③ 食事中のお水に
卵黄・白米・鶏肉・豚肉・牛肉等酸性食品を多く食べるときは、野菜を多く食べることはもちろんのこと、還元水(アルカリオン水)を積極的に飲みましょう。酸とアルカリのバランスがとれます。
- ④ お茶・コーヒー・紅茶に
まろやかで色がきれいに出来ます。
【お茶】...タンニンの溶出を防ぎ、色がきれいに出来ます。渋みがなく、さめてもおいしいお茶となります。
【コーヒー】...香りがよく透明感があり、本来の酸味が感じられ、おいしく、豆の量は半分くらいに。
【紅茶】...色がきれいに出来ます。まろやかでおいしい紅茶となります。
- ⑤ ウイスキーなどの水割りに
ウイスキーは強酸性のお酒ですが、還元水(アルカリオン水)で作った水割りはアルカリ性を示し、悪酔いを防ぎます。まろやかで口あたりがよくなります。氷も還元水で作りましょう。(pH 試薬でウイスキーの酸性度を一度お試しください)
- ⑥ ビール・日本酒の水割り・お湯割りに
【ビール】...ビールの量に対して、お好みに応じて還元水(アルカリオン水)を5~20%入れてください。
マイルドなおいしいビールになります。意外と水っぽくなりません。
【日本酒】...日本酒の量に対して、お好みに応じて還元水(アルカリオン水)を数滴~10%入れてください。
まろやかで口あたりのよい、おいしいお酒になります。
【焼酎】...まろやかで口あたりのよい、おいしい焼酎になります。
- ⑦ 炊飯 pH9
つやがよく、腐りにくく変色しない。必ずとき水から使用すること。水道水でとくと塩素のためにお米のビタミンが半減します。とき水から使用すると、新米はすぐ炊いてもおいしく炊きあがります。古米の場合とはいって後、しばらく置いてから炊くとおいしく炊き上がります。
- ⑧ 味噌汁・お吸い物・スープに
ダシがよく出ます。調味料が少なくすみます。
【味噌汁】...お味噌の量を減らしてください。今までと同じ味が出ます。
【吸い物】...材料の味が一段と引き出され、ダシの効いたおいしい吸い物になります。アサリ・シジミ・ハマグリ等の身の大きさが変わらずに、味もよくしみ出します。
【スープ】...還元水(アルカリオン水)の溶解力で、材料の味が一段と引き出され、おいしくでき上がります。
- ⑨ 調味料に
醤油、中濃ソース等は1/3~1/4の量を抜いて、代わりに還元水(アルカリオン水)を入れると味が極上になります。
- ⑩ 野菜のアク抜きに
ゴボウ・タマネギ・タケノコ・ワラビ・ゼンマイ等のアクが抜けます。
- ⑪ 緑色野菜のゆがき・洗浄
ほうれん草・枝豆・小松菜・ブロッコリー等の色がきれいに仕上がります。
- ⑫ レバー・肉等の水浸しに
レバー・マトン等を20~30分浸して血抜きをすると臭みが抜けます。
- ⑬ 煮物に
材料の味がよくしみ出てやわらかく煮えます。調味料を少なくしないと味が濃くなります。
- ⑭ 熱伝導
還元水(アルカリオン水)は熱伝導がよいので早く沸きます。調理時間の短縮とガス代の節約になります。
- ⑮ 観葉植物・生花用の水に
新鮮さを保ち、寿命を延ばし、生き返らせます。pH9.0を使用。花卉・樹木には酸性を好むバラやブルーベリー等がありますのでご注意ください。どちらも茎には噴霧器で、土壌灌水には3倍位に薄めてからご使用ください。
- ⑯ 種の浸水・種まき後の注水に
発芽を促進。苗の成長がよくなります。
- ⑰ 動物・ペットの飲用水に
一段と元気になります。体臭が薄くなります。大・小便のニオイが薄くなります。
- ⑱ 染め物に
衣類・手芸品の染め物に使うと色鮮やかに染め上がります。
- ⑲ 身体健康維持に
継続飲用により酸性体質を徐々に改善し、**弱アルカリ体質**にします。
【体質改善】...酸性体質を徐々に改善し弱アルカリ体質にするには、1日2リットル以上飲用します。
【カルシウム】...継続飲用によりカルシウムの補給ができます。イライラが止まり、お子様は丈夫になります。
【洗腸】...人肌くらいに温め洗腸器で洗腸すると宿便がとれます。
【血液の浄化】...コレステロールを減少し、血液の流れを良くします。1日2リットルくらい飲用します。