

プレスリリース

関係者各位

日本初！(当社調べ) 手作りテンペ専門のお弁当屋さんが長野県茅野市にオープン！

初心者でも簡単に美味しくテンペを手作りできる材料とオリジナルテンペメーカーを進呈する OneFace（ワンフェイス／長野県茅野市）が、テンペ専門のお弁当屋「テンペキッチン」を令和3年12月8日にオープンしました。

テンペキッチンのお弁当は、お肉、お魚などの動物性の食材を使用せず、自社のテンペメーカーで店内手作りしたテンペを使った様々なお弁当を楽しんでいただけます。「テンペってどんな味？」「どんなお料理に使えるの？」など、テンペに興味はあるけど食べたことのない健康志向の方だけでなく、今までテンペをご存じなかった方にも、体にも地球にも嬉しく美味しい食材であるテンペを気軽に知っていただく入り口となることを目指しています。

▽定番テンペ弁当4種



テンペ照焼丼



テンペルーローハン風弁当



テンペ麻婆豆腐弁当



テンペ豆腐ハンバーグ弁当

<テンペキッチンについて>

住所 長野県茅野市宮川 4303-1 宮川店舗 2 番

営業時間 水曜日、木曜日、金曜日の 11 時 30 分～18 時

店舗でお買い上げいただくこともできますが、スムーズに受け取れる事前注文決済がオススメです！下記の QR コードより、来店時間を指定してにオンラインにてご注文ください。

▽事前注文決済用 QR コード



※お弁当の準備ができましたら、ご登録いただいたメールに返信いたしますので、その間は、お車で待機いただくことも可能。

※上記の QR コードは営業日の午前 9 時からその日の営業終了 1 時間前まで使用可能となります。

<テンペとは？>

インドネシアで 400 年続くと言われる大豆発酵食品。インドネシアの納豆とも呼ばれることもありますが、ネバネバしないので、料理の幅が広く、お肉やお魚の代用としても活用されています。味噌や納豆など、大豆の発酵食品を古くから摂取している日本人にとっては親しみやすい食材です。

<現代人にテンペを勧める 3 つの理由>

・理由 1 美と健康をこの手に！

コレステロールを溶かす効果のあるレシチンやサポニンが豊富な上、更年期障害の緩和やがん予防、美肌を期待できるイソフラボンがテンペ菌で発酵させることで、より体に吸収されやすい形（アグリコン型）に変化します。

また、テンペに含まれる食物繊維が満腹感を与え、肉の代用として食べることで良質なタンパク質やビタミン、ミネラルをしっかりと取りながら「ダイエット」を期待できます。他にも、テンペに含まれる様々な栄養成分は免疫力アップ、デトックス、アンチエイジングなど、嬉しい効果がたくさん！

・理由 2 ストレスを緩和！

発酵食品テンペには、天然アミノ酸の一つである GABA が多く含まれています。GABA には興奮を鎮めたり、リラックスをもたらしたりなど精神安定や脳の血流改善の効果があると言われています。味噌や納豆にも含まれていますが、テンペはおかずとして摂取できるため効果が期待できます。

・理由 3 地球環境の変化に対応

体に必要なタンパク質は畜産、漁業からの食肉がメインですが、地球環境の変化、高齢化による跡継ぎ問題、輸入と、今後も影響がありそうな産業形態に頼っています。大豆は「畑の肉」と言われるように必須アミノ酸がすべてそろった完全タンパク質です。更に発酵で消化吸收しやすくなっているのがテンペなのです。

また、メタンガス排出が問題になる畜産に対し、大豆は植物ですので CO2 を吸収します。牛肉 1kg に 20 トン使用されると言われる水もテンペなら 1.5 トンですみます。次世代に地球環境をよりよく残すには、必ず選択肢となる食材です。

<初心者でも失敗しない！手作りテンペメーカーを無料謹呈中！>

個人用から業務用までテンペを手作りできるセットをご用意しております。初回材料購入のお客様にはオリジナルのテンペメーカー（実用新案登録済：3223001）を無料謹呈中。テンペメーカーがあれば気軽に美味しいテンペを手作りいただけます。

▽手作りテンペの各種セットはこちらからご覧ください

<https://tempe-oneface.com/items/>

<店主について>

大友章義（おおともあきよし）

外資系物流企業勤務を経て独立した矢先、38 歳で脳梗塞に。運動障害が残り、リハビリをしながら先の見えない日々を過ごす中、東京生まれの子供たちにどんな土地でも生きていけるイメージを持たせたいと長野への移住を決意。

農業などに関わる中で手作りテンペに出会い、その栄養価と美味しさに衝撃を受ける。テンペ作りは温度管理や手順などによって失敗しやすい食材であることを知り、「日本一簡単お安いテンペ」を掲げて開発に没頭。初心者でも簡単にテンペ作りが楽しめるオリジナルテンペメーカーの開発に成功（実用新案登録済：3223001）した。健康にも地球にも嬉しい食材「テンペ」を日本でもっと身近で当たり前の選択肢となる世の中を目指し、奮闘中。

<取材等の連絡先> OneFace 大友 章義

Eメール info@tempe-oneface.com

〒391-0011 長野県茅野市玉川 4630-1