

お腹いっぱい美味しく食べても300kcal以下！ “究極のダイエット飯” 沼飯専門店「沼シ沼」 デリバリー・テイクアウト限定で6月1日(火)オープン

「スパゲッティのパンチョ」や「ステーキロッヂ」などを手掛ける株式会社B級グルメ研究所（東京都武蔵野市：代表取締役社長 坂本 憲史）は、筋トレやダイエットをしている人の中で話題の米料理「沼飯」をデリバリーとテイクアウトで提供する沼飯専門店「沼シ沼（めしぬま）」を6月1日（火）、東京・池袋にオープンいたします。



コロナ禍での外出自粛による「コロナ太り」の増加や、健康意識の高まりを受けて、筋トレやダイエットに取り組む人が増えています。沼飯とは、もとはボディビルダー向けに考案された減量食。ボリュームがあるのに低カロリーで、ボディメイクにぴったりな“究極のダイエット飯”として、多くの筋トレ民やダイエッターの注目を集めています。お米をたっぷりの水分で炊き上げた雑炊のような食感で、その見た目から沼と名付けられました。

当店では、こだわりの出汁でお米を煮込み、たっぷりの野菜と鶏肉や海鮮を合わせて、味もボリュームも満足いただける沼飯を提供いたします。「柚子胡椒香る 両国相撲部屋の鶏出汁塩ちゃんこ 沼飯」「海老のトマトスープ チキン 沼飯」「韓国風旨辛魚介チゲ 沼飯」などバラエティ豊かな10種の沼飯をお楽しみいただけます。

■こだわりのスープで美味しくダイエット

美味しく召し上がっていただくため、当店では出汁にこだわりました。「白湯」「薬膳」「魚介チゲ」「和風」「海老トマト」の5種のスープからお選びいただけるので、味わいのバリエーションも楽しみながら美味しくダイエットが続けられます。

「白湯」は、鶏ガラで5時間煮込んだコラーゲンたっぷりの本格スープ。「和風」は、焼きアゴ・いりこ・鯖・鰹・昆布で取った出汁に、さらに2段仕込みした焼きアゴつゆを使用して仕上げました。「海老トマト」は、甘エビの頭を乾煎りし、香りを出して特製トマトソースを使用したビスクです。

■一杯あたり約70gの野菜を使用

野菜をたっぷりと使用しているのも当店の沼飯の特長です。緑黄色野菜を中心に、一杯あたり約70gの野菜が含まれており、代謝をアップさせて脂肪燃焼を促す「ビタミン」や「ミネラル」を摂取できます。

当店のメニューは、お腹いっぱい食べても1食300kcal以下。栄養バランスが考慮されており、健康的なダイエット、ボディメイクを応援します。



メニュー



柚子胡椒香る 両国相撲部屋の
ちゃんこ鍋の鶏出汁塩ちゃんこ 沼飯



海老のトマトスープ チキン 沼飯



韓国風旨辛魚介チゲ 沼飯

<メニュー一覧>

- 柚子胡椒香る 両国相撲部屋の鶏出汁塩ちゃんこ 沼飯
- 柚子胡椒香る 両国相撲部屋出汁醤油ちゃんこ 沼飯
- 海老のトマトスープ 魚介 沼飯
- 海老のトマトスープ チキン 沼飯
- たっぷりコラーゲン鶏白湯出汁の薬膳参鶏湯 白 沼飯
- たっぷりコラーゲン鶏白湯出汁の薬膳参鶏湯 赤 沼飯
- 韓国風旨辛魚介チゲ 沼飯
- 韓国風旨辛チキンチゲ 沼飯
- 厳選出汁スープの和風のチキン 沼飯
- 厳選出汁スープの和風の魚貝 沼飯

価格は全て 945円 / ご飯増し 1,080円

※価格は税込表示です。※写真はイメージです。

店舗概要

- 店名 : 沼飯専門店「沼シ沼」(めしぬま)
- 販売形式 : フードデリバリーサービス「Uber Eats」によるデリバリー販売、テイクアウト販売
- 店舗所在地 : 東京都豊島区南池袋1-18-22 クボタビル2F (「ガノフ屋」内)
- 営業日 : 月～日(無休)
- 営業時間 : 11:00～19:30
- 公式サイト : <https://v-create-lab.studio.site/meshinuma>
- [デリバリー] [Uber Eatsでのご注文はこちら](#)
 - [テイクアウト] 事前注文TEL : 03-5927-8662

会社概要

■ B級グルメ研究所とは

「期待に応えて、予想を上回る『驚き』を提供する」をミッションに、圧倒的な旨さ、ボリューム、価格、見た目の全てに驚きと記憶に残るインパクトをもたらすことを目指して、首都圏を中心に「スパゲッティのパンチョ」「ローストビーフ 大野」「洋食 大野亭」「ステーキロッヂ」「ガノフ屋」などのブランドを展開しています。

- 【社名】株式会社B級グルメ研究所
- 【住所】東京都武蔵野市吉祥寺本町2-5-10 いちご吉祥寺ビル7F
- 【設立】2012年7月2日
- 【代表】代表取締役社長 坂本 憲史
- 【資本金】500万円
- 【事業内容】飲食店経営・教育支援・人材育成 など
- 【URL】<https://bken.co.jp/>

<本件に関するお問い合わせ先>

株式会社B級グルメ研究所 広報担当 佐々木
TEL:03-6849-2812 mailto : info@pr-office.jp