

もちもちの食感と
ほんのりした甘みが魅力の
「米粉パン」

広がる お米の可能性

お米の新しい消費スタイル 米粉に注目

佐渡市では、昨年「佐渡市地産地消条例」を制定しました。地元でとれたものを地元で消費する「地産地消」を推進し、農林水産業の振興や健康的な生活の実現、さらに循環型社会の形成を目指したエネルギーや環境面での効果を生み出す施策に取り組んでいます。

その取組みのひとつとして、食生活の変容で年々消費が減少しているお米の消費拡大のために、米粉の普及を進めています。

日本では昔からお米を粉にして、団子や菓子などを作り、食べ継がれてきました。最近では、粒子をより細かくできる製粉技術が開発されたことで、小麦粉の代用として米粉が注目され、パンや麺、洋菓子などに需要の幅が広がっています。

日本国内で自給可能なお米の消費量が増えれば、水田の有効活用や、食料自給率の向上、輸入小麦の輸送にかかるCO₂削減にもつながります。

新潟県でも小麦粉消費量の10%以上を米粉に置き換える「R10（アールテン）プロジェクト」を展開し、食料自給率の向上を目指しています。

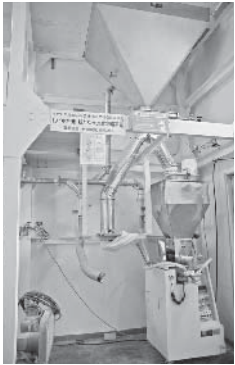
佐渡で初めての 米粉工場が完成

金井新保のコープ佐渡・米穀センター内に、佐渡で初の米粉製造工場が完成しました。5月10日に竣工式が行われ、佐渡市やJAの代表者などが、工場内を視察しました。

この工場では、洗った米をぬれたままの状態です製粉器の中で粉砕し、熱風で急速に乾燥させる「気流式粉砕装置」を導入。この気流粉砕方式によって、米粉食品に適した良質な米粉ができます。

製造には「朱鷺と暮らす郷」認証米を使い、今年度は約25トンの米粉製造が計画されています。

この米粉は、学校給食の米粉パンに使用されるほか、市内のスーパードラッグで販売。今後、島外へも販路が拡大され、環境にやさしい佐渡産ブランドのひとつとして期待されています。



米粉を製造する装置(写真左)と、関係者によるテープカット(右)

米粉のいいところ

米粉は、人間に必要なアミノ酸も豊富なので、栄養満点です。消化も緩やかなので、急激な血糖値の上昇を抑えられます。

米粉で作られたパンや麺は、もちもちとした食感が楽しめ、お米のほんのりした甘みが味わえます。

また、米粉は小麦粉よりも油の吸収率が低いので、揚げ物の衣に使えばサクサクの食感。いつもよりさっぱりした味になり、しかもヘルシーです。

パンや麺、お菓子やピザなど、小麦粉の代わりとして、いつもの食生活に取り入れてみてはいかがでしょうか？

「朱鷺と暮らす郷」認証米を使った 米粉「さどっ粉」



米粉100%
500g 198円

天ぷら・ケーキ
・クッキーなどに



米粉パン用
ミックス粉
1kg 450円
500g 250円

パン・ピザ・麺などに

