

# お米加工品 あれこれ



## 形を残して使う



- ・ポン菓子
- ・玄米茶
- ・米アイス
- ・焼き米
- ・ひなあられ



## 蒸し・炊き→搗(ついて)使う



- ・もち
- ・きりたんぼ
- ・おかき、あられ



## 粉や、砕いて使う

- ・うるち米から作る上新粉(団子、ういろう、草餅、柏餅など)
- ・うるち米から作るせんべい ※南部せんべい、瓦せんべいなどは小麦粉が原料
- ・もち米から作る白玉粉(白玉、大福)、もち粉(最中)、落雁粉(落雁)、道明寺粉(桜餅)

●米粉〈今はこの米粉100%で色々な食品ができて、食物アレルギー対応食材としても使用できます〉

- ・天ぷら粉 … 油の吸収を抑えヘルシーに仕上がりが、カラッと揚がるのが米粉の特徴
- ・唐揚げ粉 … 時間が経ってもさっぱりと食べられる
- ・餃子の皮 … 焼けば小麦の皮にはないカリッとした食感、蒸せばもちもち感&つるつる感
- ・ピザ生地 … もっちり&クリスピー食感。腹持ちもよし
- ・ホワイトソース … とろみづけに
- ・コロック … 米粉は溶き卵をはじかないのでキレイにパン粉がつく
- ・クッキー … 小麦粉を米粉に置き換えるだけ
- ・シュークリーム … シューもクリームも米粉が主原料で作れる
- ・ロールケーキ … しっとりとした食感に仕上がる
- ・パン … 小麦パンより低カロリーで血糖の上昇が穏やか。加熱すると焼き立てに再生。

- ・フォー 水に漬けた米を挽いてペースト状にしたものを熱した金属板に薄く流し、固まったものを端から切って麺の形状にする。今や日本でも専門店があるほど馴染み深い料理に。和風の出汁で食べても美味しそう。



フォーのスープにファインフーズ商品を活かしてみませんか？



“J麺”をご存知ですか？



世界初、日本産米100%の麺のことで。どうして今まで日本で食べられてこなかったのでしょうか、理由は米の品種の違いにありました。



←星型の米粉マカロニ

台湾のビーフンや、ベトナムのフォーは、粘り気の少ない長粒米「インディカ米」で作られています。一方、私たちの食べている米は「ジャポニカ米」。もっちり感の主成分「アミロペクチン」は麺にすると互いがくっついてしまい上手く形成できません。これが国産米で麺が作られてこなかった所以なのです。群馬のとある製粉会社が各界のプロと知恵を融合させてJ麺を作ることに成功しました。

[特徴]★ビーフンやフォーとは異なる、絶妙な“コシ”を実現。しっとり、つるり、しこしこ食感。

★食料自給率の低下が問題視される中、小麦麺をJ麺に置き換えることでその率を上げることが可能。

## 食べないお米

廃米をつかってこんなモノができます

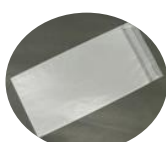
レジ袋



クリアファイル



封筒



ナイフフォークスプーン



トレイ





## 海外の米加工品



### 中国のビーフン

発祥の地・福建省や、台湾ではスープに入れてスープ麺のようにしたり、豚肉・海老・野菜などと炒めた焼きビーフンが一般的。油で揚げてふくらませ、料理の付け合わせに使うこともある。

### 韓国のトック

加熱してもものびず、しっかりとした食感が特徴の餅。煮崩れしないので炒め物にも向いている。



### 韓国のシッケ

主に蒸したご飯と麦芽で作る甘いドリンク。韓国式サウナで汗を流したあとにも◎



### タイのカオラーム

ご飯とココナッツを竹筒に入れて蒸して作る甘いお菓子。竹の薄皮ごと食べられるので手がべとべとにならない。



### ベトナムのライスペーパー

生春巻き以外の使い方もある。麺のように細く切り、香草や甘くないマンゴー、うずら卵、ピーナッツ、調味料で味付け。



### インドのライスパフ

蜜糖がけ。  
右のライスクリスピー・トリーツの原型ともいえる。



### アメリカのライスクリスピー・トリーツ

溶かしたマシュマロとバターで作るデザート。



### メキシコのオルチャタ

水を吸わせて挽いた米を裏ごしし、アーモンドとシナモンで風味付けした冷たいドリンク。



## 各国おこげ事情

おこげ好きは日本だけではありません！



王道は**中国**のおこげ。  
鍋底にできたおこげを乾燥させ、油で揚げ、野菜あんをかけます。



**韓国**では宮廷料理の締めにも、おこげの入った湯が出されます。  
街中ではおこげの味がする「おこげ飴」という商品もよく見かけます。



**タイ**の「カオタン」はカラッと揚げたタイ米を、ピーナッツソースやココナッツミルクのディップソースに絡めて食べる料理です。



南コーカサスに位置する**アゼルバイジャンの首都バクー**のレストランでは、甘くないソルトクッキーを作って鍋底に敷き、茹でた米を入れ蒸し上げ、わざわざきつね色のクッキーを作るそうです。皿に炊き上げたピラフを盛り、上におこげクッキーをのせて完成です。



**イラン**では細長いバスマティライスを炊くとき、必ずおこげができるように炊くそうです。パラパラの食感なのに、香ばしいのが魅力です。

