

しん

しょく

こめ

こ

# 新食米粉

## やっぱり米粉だね!



みんなみの里



ゆめこうじょう



きみつ4市女性起業家ネット



空と風 ~ KUHU ~



グリープ



野楽里



農事組合法人 房総食料センター



シーアールサプライ

### ちばコメ粉食品普及会

# こめこ 『米粉』を知っていますか？

「米粉」とは、うるち米を粉にした「上新粉」「上用粉」や、もち米を粉にした「白玉粉」「道明寺粉」などが米の粉とされていますが、近年、うるち米を製粉過程で、米に含まれるでんぷんにダメージをなるべく与えずに、微細粉に製粉する技術が開発され、それにより製粉されたものを一般的に「米粉」と呼んでいます。

## 『米粉』Q&A

Q 『米粉』は どこで売っているの？

A 佐倉産米粉は、JAいんば直売所で売られています。

JAいんば直売所 佐倉市寺崎761 電話 043-485-6115

調理用米粉 500g袋 370円



Q 『米粉』で どんな料理ができるの？

A パン・めん・ケーキ・焼き菓子・シチュー・ピザ等、通常小麦粉で使っていた料理は、米粉で代用できます。



Q 『米粉』は どんな特徴があるの？

A ①新しい食感  
しっとりモチモチ(パン・ケーキ)、さっくりカリカリ(天ぷらなど)

②色々な食材と相性がいい  
ごはん同様、いろいろなおかずと組み合わせが可能です。

③質のいいタンパク質でカロリー控えめ  
体内で重要な働きをする、必須アミノ酸(体内でできない)が多く含まれています。

④安全・安心で小麦アレルギーもOK。  
お米は産地も明確で安心です。また、小麦アレルギーのかたにも利用できます。

注:米粉を使った食品すべてが(小麦アレルギー)対応ではありません。



Q 『米粉』について もっと知りたいのですが？

A 「ちばコメ粉食品普及会」に、お気軽に連絡ください。  
米粉資料・米粉加工食品レシピ(CD)提供とか、講師派遣(料理・講師)もしているんですよ。

連絡先 **ちばコメ粉食品普及会事務局**

関東農政局千葉農政事務所 消費流通課  
電話 043-224-5615