

午後の部【総合討議】

質問：講演の中で、ピンミルでも高品質なパンが作れるのは粉質米だと言われていましたが、具体的な品種名等があれば教えてください。

荒木講師：具体的な品種としては、北海道の農業研究センターで開発された「ほしのこ」があります。これは品種になっているので使えると思いますが、育成場所が北海道なのでこの辺りの気候に合うかどうかというのが、まだデータとしてありません。いくつか育成は行っているのですが、粉質米の特徴として中がスカスカなので、精米歩留まりが非常に悪いということもあり、現状で使えるのは「ほしのこ」だけになります。

質問：グルテンの代替になる物についての研究は進んでいないのでしょうか？

荒木講師：いろいろ試されていますが、コストやおいしさの面でなかなかよいものが出てきていません。おいしさの面では良かったのが、魚のすり身だと聞きましたが、とても採算が合わないとも聞いています。その他には、大豆かすがありますが、これも圧搾に特別な機械が必要なことなどを考えると、コストに見合わないということでなかなか使えていません。最初の取り組みとしては増粘多糖類が試されていましたが、あまりおいしくありません。

グルタチオンを入れるというものが出てきていますが、グルタチオンについては、食品添加物としての認可がまだ日本では下りていません。また、炊飯したご飯を混ぜるということや、その変形でおかゆにするなどいろいろあります。

今別府先生：おかゆの実験は行いました。おかゆ方式というのも確かにありますが、正直うまく膨らまず、味もおいしくありません。

質問：現在販売されている米粉パン焼き器はグルテンを添加するものでしょうか。小麦フリーではできるものはありますか？

荒木講師：基本レシピはグルテンを足すものになります。グルテンを足さない場合は、上新粉を加えることになっているものもありますが、実際に試したことはないのです。どのようなものになるかはわかりません。

質問：多収米、飼料米の活用というのを聞いて期待できていると思います。気流式が良いというのはわかっていますが、農家が委託加工に出して気流式でやってもらう際に、キロ 100 円の委託加工料を払っており、結果、コストがかかり販売額が上がっています。もし、米粉としてキロ当たりの全国平均がわかれば教えていただきたいと思います。

また、多収米の中でいくらかご紹介いただきましたが、有望と考えている品種はありますか？

荒木講師：米粉の全国平均価格については、よくわからないというのが実際のところです。

ただ、キロ 100 円というのは普通かなと思います。あまり差が生じないように、米粉の委託業者の間で調整しているようです。また最近では、持ち込みの量によって委託料を変えているようです。

品種については当センターで育成したホシアオバで検討していただきたいと思っています。ホシアオバの米粉パンは、甘みがあっておいしいという評価もあります。ホシアオバは広島県で育成しているので、気候的にも栽培も近畿地方に適していると思います。

質問：米麴の品質の劣化の日数を教えてください。

荒木講師：その麴をどの状態で日持させるかによりますが、熱処理をかけると半年くらい持たせることができます。こういった状態の形態の麴で売っていくかで違います。

今別府講師：麴は半生で半年、乾麴で1年という商品が出ています。真空状態だと1年です。



質問：家庭用の小さな製粉機でシフォンケーキを作られている方がいるということで、3回くらい製粉したら良い粉ができるというお話でしたが、お勧めの製粉機等がありますか？

今別府講師：実際に使われている製粉機を見ていないので何とも言えないのですが、農業用の雑誌に載っていた30万くらいの製粉機で、3回くらい挽いていてパンを焼いていました。試食しましたが、商品として充分パンになっていておいしいものでし

た。機械が何をもって良いと判断されるかというのはちょっとまだわからないのですが、商品として成り立っていて、お客さんが付いているというのは、結果良いということかと思います。



質問：ピン式の260万円くらいの製粉機が数台入っているところで、米麴と冬は米粉のたい焼きをやっており、今、どら焼きも販売に向けて取り組んでいるところです。たい焼きの種類はあんが標準で、中に草餅が入っているもの、子供の朝食に食べられるようにキャベツの千切りとウインナー、ゆで卵、マヨネーズが入っているものがあります。子供にはソーセージ入りが受けていると聞きます。

米粉でたい焼きを作ると堅くなるという問題が起き、寒天製材やトレハロースを入れるのですが、1日目ですでにぐっと堅くなってしまいます。堅さを押さえる何か、トレハロース以外でありますか？

また、持ち帰りの際にパックに入れるとたい焼きの衣がふやけて白くなるという問題が起きています。何かアドバイスはないでしょうか。

今別府講師：パックはプラスチックでしょうか？プラスチックは蒸してしまうので良くないと思います。紙の袋又は紙の箱が良いのではないのでしょうか。堅くなることについては、トレハロースは、生地も

しっとりして保存性も高まるということもあり良いのですが、価格が高いという問題があります。ただ、他にはあまり思いつかないところです。

たい焼きはあまり保存を想定しない方が良くと思いますが、2～3日経つ場合には電子レンジで温めてくださいなどと言添えてはいかがでしょうか。あまりいろいろな物を入れると、味が悪くなってしまう。あとは、ジャガイモ、タピオカデンプンを入れるというのものもあるかもしれませんが、タピオカデンプンを入れるともちもち感がとても上がってしまうので、やはり現時点ではトレハロースが一番良いのではないかと思います。

質問：今日のお話を聞いて感じたことですが、食文化や国民の健康問題の観点を大切にしたいということがあります。今米粉が注目されていますが、10年後は一部の麺類とパン以外に生き残っているのだろうかと思います。米粉代替の主と考えられているのはパンだと思います。パンは水分が少なく飲み込めないため、バターを付けます。パンに合うおかずは、ハンバーグ、シチュー、と油脂類がたっぷりです。野菜と言えばサラダで、ドレッシングにはまた油脂類が多く含まれます。パンには焼き魚も納豆も味噌汁も合わず、日本型食生活の反対側にあると思います。

麦の粒は堅いから粉にしなくては食べられないが、米は柔らかいから粒で食べればよい、それが日本の食文化にあっていると思います。米でパンというのは、米という食品は見ているが、食生活は見えていないのではないかと思います。食文化や健康の前では、米粉の粒子が粗いとか小麦粉より高いとかは、枝葉末節にしか過ぎないのではないのでしょうか。

荒木講師：おっしゃることはよくわかります。ただ、一つでも残ればよいのではないかと思います。

去年も十数カ所の講演に行きましたが、やはり複数のそういった質問を受けました。この仕事を始める前は、米の中でグルテンを作らせて米で加工品を作ろうということで、やはりそれはなぜわざわざ米でパンを作らなくてはいけなかと問われていましたが、新しい食品はたくさん出てきますので、新しい物を提供する一つの材料として行っていたのですが、今、それがこのようなブームのようになってしまいました。10年後どうなっているのかとは思いますが、何かしらで残っていけばよいと思います。

新しいパン焼き機なども生まれてそれで家庭での親子の交流が生まれた、それも良いではないかと思っと思っています。このことでいろんな人が日本の食事、農業を考えるチャンスが生まれるとか、非常に難しい問題ですが、それでもよいと思っっています。

そういった中で、何か一つでもみんなで残して行けたらということで、今日もいろんな人が集まっているのではないかと思います。今日もらった言葉もこれからまた考えていければ良いと思っっています。

今別府講師：これを機にいろいろ考えていただきたいと思っっています。私は料理教室では一般の方には、「お米の基本は粒です。」と話しています。悲しいかな、日本人が家庭で料理を作る回数が減っっています。ましてや朝食を作らなくなり、朝食を食べない子が実際に増えてきていること自体問題だと思っっています。何も食べさせないというのは可哀想だからせめてロールケーキ、メロンパン、アイスクリームを食べさせる、信じられないがそういう現状があるのも事実です。

また、朝食はパンの人が多く、そういった方は朝食にご飯をほとんど食べないといひます。ごはんは脳に良いと言われているので、朝食にご飯が苦手であれば、せめて米のパンでも良いから食べてほしい

と思います。ただ、パンはバターや油脂類等の摂取が増えますのでそれは良くありません。

米粉のパンは目玉焼きやサラダのような物よりも、ひじきやお総菜がとても合います、お母さん方に、米粉のパンを焼いてお総菜を載せてお子さんに食べさせてみてくださいとアドバイスしたら、子供は抵抗なく食べ始めたと聞き、やはりきっかけだと思いました。また、炭水化物は太ると言う概念も間違いで、取りすぎは良くないが炭水化物が悪いわけではありません。

どうして普及しなかったかという、知らない人が多いということがあります。食べるとおいしいと言うし、作ってみると良いと言いますが、まだまだ認知度は低いと思っています。

あとは、本当の意味でおいしい商品が出ていませんでした。そういう意味では米粉の商品を作るときには、是非美味しい商品を作って自信を持って販売してもらいたいと思います。商品を開発される際には米粉の名前を借りて売のではなく、ということを申し上げましたが、ああそういえば米粉だったんだ、米粉ってこういう風に使えるんだな、と何気なく使って欲しいと思います。それで気づいたら米の消費が伸びていた、というのが良いなと思います。改めておいしい物を作っていただいて、普及していくと良いなと思います。

きっと日本人には小麦より米の方が合っていると思っています。使い勝手も非常に良いので、いつか、家庭に小麦粉と同じように米粉のストックが置かれる日が来ると良いと思います。