

家庭で出来る米粉



コーヒーミルで簡単米粉づくり

もちもちの食感で美味しい米粉、ご家庭の「コーヒーミル」で簡単に作る事が出来ます。
用意するのは、白米とコーヒーミルだけです。一度チャレンジしてみませんか？



白米60gを、
コーヒーミルに入れ…



スイッチオン

2分後

4、5分後

2分くらいでざらざら感のお粉になります
ざらざらお粉で唐揚げOK

4、5分くらいでさらさら感のお粉になります
さらさらお粉で天ぷらOK



さめてもカリッ
としてますよ



天ぷらはさらさらした粉
じゃないとうまくいませ
んのので注意です



お米をおうちで粉にして



いろいろなお料理に挑戦してみてください

お好み焼きなどが
簡単にできます



一度洗米して乾燥させた後ミルにかけたら、なお良いですよ
「近畿農政局米粉レシピ」で検索したらレシピが出てきます

米粉のお問い合わせや、レシピ情報についてお気軽に
お電話ください！

お問い合わせ先 九州米粉食品普及推進協議会長崎部会事務局
(長崎農政事務所 消費流通課)

TEL:095-845-7128