

# 用途別基準で 米粉が使いやすくな りました!

小麦粉と同じようにパンやケーキ、麺などが作れる  
「新しいタイプの米粉」に注目!

何に使ったらいいの?

米粉パンが  
うまく膨らまない...

どの米粉を  
選んだらいいの?

以前の米粉



パンや麺などの用途に合った  
米粉はちがうのに、  
それぞれ品質や特徴が  
バラバラで、  
米粉は使いづらい...

「米粉の用途別基準」で  
分かりやすく表示されるように!

①菓子・料理用 ②パン用 ③麺用 分類し、パッケージに表示することで、  
米粉がとても使いやすく、選びやすくなりました!



料理に合った  
米粉を選んで  
使いやすい!



 日本米粉協会  
Japan Rice Flour Association

<http://www.komeko.org/>

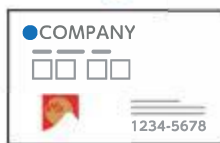


# 世界に羽ばたく ノングルテン米粉の 製造工程管理JAS!

最終製品のグルテン含有量が1ppm以下となるように、  
製造工程を管理していると認められた事業者が  
JAS認証を取得できます。



会社のHPや名刺、  
パンフレット等に



JASマークを  
使用することができます!

## ノングルテン米粉の 製造工程管理JASとは?

原料・資材等の受け入れ  
↓  
原料・資材等の保管  
↓  
製造  
↓  
出荷

グルテン等  
の混入を  
防ぐように  
厳格に管理!

## JAS認証取得の効果は?

- 事業者はJASの認証を取得することで、グルテン含有量が1ppm以下となるように米粉を製造するための管理能力の高さをアピール!
- ノングルテン米粉の民間認証制度による製品認証との二本柱により米粉の輸出や需要拡大に寄与!





# 米・米粉消費拡大推進プロジェクト

日本の食を支えてくれる、お米。  
お米から生まれた米粉が、新たな食の可能性を創造しています。

**MAFF**  
農林水産省

## 揚げ物

いつもより“サクサク”  
米粉でヘルシー！



おいしい米粉料理を  
たくさん作ろう！

## パン・スイーツ

もちもち・  
ふわふわ  
幸せ食感♡

# こんなに米粉って、 可能性がいっぱい！

米粉レシピでおいしさゲット！

詳しくは **米粉タイムズ** 🔍



## 洋食・中華

もちもちな美味しさ！  
どろみづけにも！



## おつまみ

サクサクでうま！  
食べて満足O

30分で完成

発酵なしで作る

# 「米粉たまごパン」



ポリ袋で簡単に作れる  
発酵いらずのお手軽米粉パン



ジャムやサンドウィッチ風に  
具材を挟むのもおすすめ!!



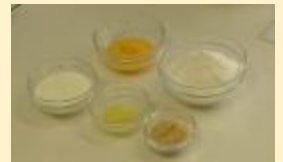
## 材料(6個分)

・卵	1個
☆・砂糖	30g
☆・米粉(パン用)	180g
☆・ベーキングパウダー	2g
☆・塩	少々
・バター	20g
・牛乳	90cc

## 前準備

- ◇オーブン予熱を200℃/15分で行う。
- ◇バターを電子レンジ又は湯煎で温め溶かしておく。
- ◇卵は溶いておく。

※米粉はグルテンフリー  
ミックス粉を使用



## 作り方

1 ポリ袋に☆の材料を入れ、混ぜます。

2 残りの材料を加え更に混ぜます。

※手の甲を使って、しっかりと  
押しながら生地にもうがらない  
ように、ポリ袋の中でこねてい  
きます。



3 生地がある程度まとまったら、はさみで  
写真のようにポリ袋を開く。



4 ポリ袋を押さえるようにして、生地を直接  
触らずにこねます。生地になめらかさが出る  
までしっかりとこねます。



5 生地が写真のようにひとまとまりになると、  
スケツパを使い6等分に分割し、形を整えな  
がら丸めていきます。



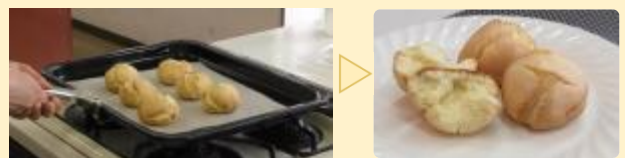
6 オーブン用シートにのせ、予熱を入れてお  
いたオーブンで200℃ので10分焼きます。

7 焼きむらを防ぐため、約10分後天板を反  
転させ、さらに5分程度焼きます。

※温度設定や焼き時間は、  
ご家庭のオーブンによって  
適宜調節してください。



8 焼きあがりました。完成です。😊



30分で完成

簡単混ぜるだけ

# 「米粉マドレーヌ」

(アーモンド味)



焼き菓子の定番

米粉ならではのしっとりマドレーヌ。



グルテンフリーなので生地を休ませる必要なし。  
メレンゲパワーでふわとした仕上がりに！



## 材料(6個分)

- ・ たまご 1個
- ・ 砂糖 30g
- ・ はちみつ 10g
- ・ バター 35g
- ・ 塩 0.1g
- ☆ ・ 米粉(菓子用) 50g
- ☆ ・ ベーキングパウダー 2g
- ☆ ・ アーモンドパウダー 10g
- ・ バニラオイル 少々
- ・ スライスアーモンド 6g

## 前準備

- ◇ オープン予熱を180℃/15分で行う。
- ◇ バターとはちみつを電子レンジ又は湯煎で温め溶かしておく。
- ◇ ☆の材料(米粉、ベーキングパウダー、アーモンドパウダー)を合わせてふるっておく。



## 作り方

**1** 卵を卵黄と卵白に分け、卵白をボウルに入れ、ハンドミキサーの羽ですくいあげるようにしてコシを切り、砂糖・塩を入れる。



**2** 砂糖・塩をなじませて、ボウルを斜めに傾けてハンドミキサーで少し角が立つぐらいになるまで一気に泡立てる。



**3** 卵黄を加えて低速で約1分間、全体をかき混ぜ、最後の30秒は低速にしてキメを整える。



**4** ゴムベラに持ち替え、☆の材料(米粉、ベーキングパウダー、アーモンドパウダー)を加えさらに切り混ぜる。

**5** バニラオイル、溶かしたバター、はちみつを加えて混ぜる。  
リボン状になるとOKです。



**6** 型に流し入れ、スライスアーモンドを飾ります。



**7** 180℃のオーブンで15分焼きます。焼きむらを防ぐため、約10分後天板を反転させ、さらに5分程度焼きます。



※温度設定や焼き時間は、ご家庭のオーブンによって適宜調節してください。

**8** 焼きあがりました。完成です。😊

