

展示テーマ

【コメコのススメ】

米粉ゆるかわ♡オシャ商品



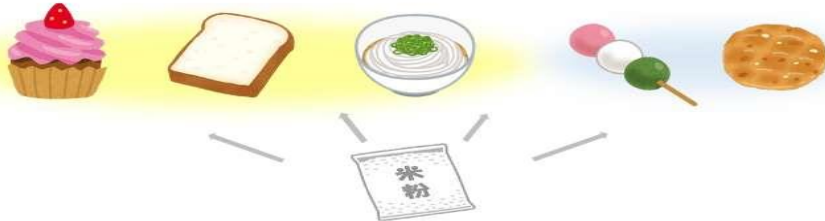
北陸農政局「消費者の部屋」

展示期間：令和5年11月1日（水）～11月30日（木）

【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】①

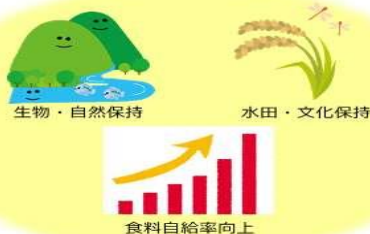
米粉ってなんだろう??

米粉とは、お米を粉にしたものです。古くは奈良時代からせんべいや和菓子に使われてきましたが、細かく粉にする技術が進化し、パンやケーキ、麺なども米粉で作れるようになりました。



米粉がもつ役割

主食として食べるお米の消費量は、年々減少していて使われない水田が増えています。そこで、使われていない水田で米粉用のお米を作り、米粉を使ったパンや麺を食べることで、国内生産が増加し、食料自給率の向上が期待できます。また、水田を使うことで、生物や自然、日本の文化を守ることができなどの重要な役割も果たします。



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!



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 で分類し、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/>



【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 ②

ノングルテン米粉が誕生しました!!

第三者認証制度により、
グルテン含有量が「1ppm」以下の米粉に
認証マークが付きま



「ノングルテン表示」は「グルテンフリー表示」よりも
厳しい基準をクリアしています

表示が可能な グルテン含有量の 範囲	ノングルテン	グルテンフリー*
	1 ppm	20 ppm

※グルテンフリーは、欧米の基準であり、日本の制度ではありません

日本米粉協会
Japan Rice Flour Association

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



～米粉の特徴～

もちりおいしい食感

米粉で作られた
パンや麺は、
日本人が大好きな
もちもちの食感。



玄米粉の機能性

玄米粉にすれば、
食物繊維、ビタミン類（ビタ
ミンB、ビタミンE、ナイアシ
ン）、抗酸化物質のフェルラ
酸やフィチン酸、血糖上昇を
抑制するGABA等、
さらなる機能性も！



ノングルテン

米は「グルテン」フリー食品。

↓
麦類に多い「グルテン」による
アレルギーを回避。

平成30(2018)年からノングルテン
米粉の第三者認証と表示を推進



調理特性

米粉は、ダマにならないので調
理が簡単。
出来上がった料理や加工食品は、
ほんのり甘い風味。
小麦粉よりも油の吸収率が低く、
天ぷらや唐揚げのサクサク感が
長く継続。

油の吸収率 **米粉 21% 小麦粉 38%**

※鶏もも肉を揚げた時の衣の油吸収率
(出典: 「Oil Uptake Properties of Fried Batters from Rice
Flour」
F.Shin and K.Daigle (J.Agric. Food Chem.47(1998))



【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】③

米粉に適した品種（めん用）

「様々な用途に向くお米の品種シリーズ 2020（農研機構）」より

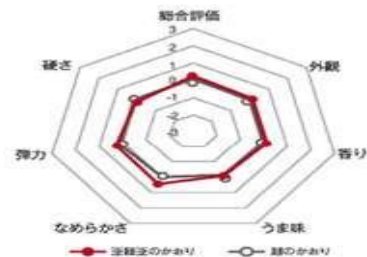
米粉用に適する品種（米粉めん用）

亜細亜のかおり（あじあのかおり）

「コシヒカリ」より晩生で
多収の高アミロース米品種

- ・「亜細亜のかおり」は、アミロース含有率が32%程度の高アミロース米品種です。
- ・「コシヒカリ」よりも収穫期が遅く、収量は「越のかおり」に比べて標肥栽培で20%（789kg/10a）、多肥栽培で27%（817kg/10a）多収です。
- ・米麺に適し、食味は「越のかおり」と同等です。
- ・栽培適地は、北陸から東海、関東以西です。

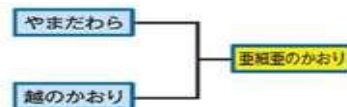
「亜細亜のかおり」米麺の食味評価



亜細亜のかおり 日本晴 越のかおり

玄米は大粒で、千粒重は「越のかおり」よりも3g程度大きく、26.5gあります。「越のかおり」と同様にアジア風の米麺としての利用が期待できます。

「亜細亜のかおり」の系譜



亜細亜のかおり 越のかおり

「コシヒカリ」よりも収穫期が2週間以上遅くなるため、「コシヒカリ」との作期分散が可能です。多収品種ですが、耐倒伏性は中程度で倒伏には強くないため、地力にあわせた適切な肥培管理を行ってください。

中央農業研究センター稲育種グループ TEL.025-523-4131(代)

米粉用に適する品種（米粉めん用）

越のかおり

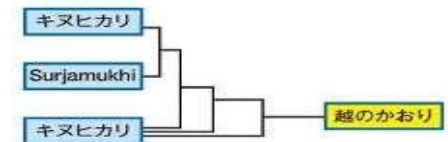
米粉麺などに適した
高アミロース品種

- ・「越のかおり」は、アミロース含有率が33%程度の高アミロース品種です。
- ・麺に加工すると茹でても溶けにくく、麺離れが良いので、新しい食感になります。
- ・北陸では「コシヒカリ」、「キヌヒカリ」と同じ中生品種です。
- ・収量は「コシヒカリ」よりもやや劣りますが、「キヌヒカリ」と同等です。



越のかおり コシヒカリ キヌヒカリ

「越のかおり」の系譜



越のかおりを使った商品例

「越のかおり」を使った米粉麺は、麺が茹で溶けにくく、東南アジアの米麺と遜色ない製品が出来ます。



キヌヒカリ 越のかおり

「越のかおり」の栽培特性は、「キヌヒカリ」とほとんど変わりません。別にはふ先色がついているので、他の品種と見分けられます。

中央農業研究センター稲育種グループ TEL.025-523-4131(代)

【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 ④

笹だんごパン (小竹製菓)



かわいいパンダのパッケージが印象的な商品です！

上越産コシヒカリの米粉や、国産よもぎ、笹を使用しています。

もちりとしたパンと笹だんごが相性抜群で、とてもおいしいです！

上越妙高駅や首都圏の駅売店を中心に、全国のパンイベントで、販売しています。



おこめケット のぎ (株式会社 禾)

パッケージのキャラクターがかわいく、お米の形に焼き上げたお菓子です！

安心、信用できる原材料選びを基本に、手作りで誰もが食べられることを大切にしています。

卵・乳・小麦を使わず、国産米粉を100%使用し、さくっとした食感にほろっとした口どけの商品です。

【コメコのススメ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 ⑤

∞
VIVANT

VIVANT BAR ビバーンバー

全国放送のテレビ番組でも取り上げられた
人気のバウムクーヘンです。

福井県産米粉を使用したもちもち食感が自慢です。

かわいくておしゃれなデコレーションを施した
キャンディ型の商品です。

店舗やオンラインショップにて販売をしています。



カラフルにつくろう！ スイーツだんご (みたけ食品工業株)

米粉は国産・グルテン
フリーです。

付属パンフレットで、
米粉の製造工程をわかり
やすくイラストで学
べます。

親子で楽しくだんごを
作り、美味しく食べら
れる商品です！

アレンジもでき、カラ
フルでとてもかわいい
商品です。



基本の丸パン

～作り方～



材料／分量

丸パン6個分

お米で作った
簡単パンミックス・・・150g
ドライイースト・・・2g
ぬるま湯・・・・・・・・140ml
油・・・・・・・・・・・・・小さじ1/2強

- ①ボウルにお米で作った簡単パンミックスとドライイーストを入れ、軽く混ぜます。
- ②ぬるま湯（約30℃）を加えて、ゴムベラ等で1分間混ぜます。
- ③油を加えて、さらに1分間混ぜます。
- ④生地を6等分にして手で丸めます。
- ⑤オーブンシートを敷いた天板に丸めた生地を並べます。
- ⑥ラップをしないで40℃で25分間発酵させます。
- ⑦予熱をしないで180℃15分間焼いて完成です！

提供：みたけ食品工業（株）



米粉でもちもちチーズケーキ

～作り方～



材料／分量

高さ5cmのマフィンカップ4個分

米粉・・・・・・・・・・50g
砂糖・・・・・・・・・・50g
バター・・・・・・・・・・50g
クリームチーズ・・・100g
卵・・・・・・・・・・・・・1個
レモン汁・・・・・・・・大さじ1

①（下準備）

クリームチーズとバターを常温に戻します。

オーブンを170℃に予熱します。

②常温に戻したクリームチーズとバターに

砂糖を加えてよく混ぜ合わせます。

③米粉を加えて混ぜます。

④溶いた卵とレモン汁を加え、ムラがなくなるまで混ぜます。

⑤型に流し込み、170℃のオーブンで30分焼きます。

⑥粗熱を取り、冷蔵庫で2時間ほど冷やして完成です。

提供：みたけ食品工業（株）



【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】⑧

北陸管内 各県の米粉の取組

新潟県

○「にいがた発・R10プロジェクト」

- ・食料自給率向上のため、輸入に頼る小麦粉消費量の10%以上を米粉に置き換える「にいがた発・R10（アールテン）プロジェクト」（Rice Flour 10% project）を全国に向けて提唱中（平成20年～）



● 米粉の需要・消費拡大に係る取組

- ・東京都等と連携した首都圏向けプロモーション
- ・コンビニ、メーカーと連携した米粉商品の開発・販売
- ・学校給食における食育の推進

富山県

○「食の王国秋フェスタ2023」

- ・県内16事業者が秋フェスタ2023(10/21・22) 会場で、米粉クッキーやパウンドケーキなどを販売
- ・県内有名シェフによる米粉のお好み焼きの体験教室

● 米粉の需要・消費拡大に係る取組

- ・実需者向けとして、昨年度の米粉活用セミナーに続き、今年度は品開発支援を実施
- ・家庭向けとして、米粉の特徴を生かした手軽なレシピをHPやSNSで発信



「とやま米粉」をPRするロゴマーク

石川県

● 米粉の需要・消費拡大に係る取組

- ・県のホームページ内で米粉の魅力や米粉を使用したレシピの紹介や、米粉パン、ケーキ、米粉などを取り扱っているお店などを紹介中



福井県

○「ふくい地域食品連携プロジェクト」

- ・生産者や食品加工業者などで作る「ふくい地域食品連携プロジェクト」において、米粉商品の統一的なデザインでの販売やPR

● 米粉の需要・消費拡大に係る取組

- ・米粉活用PR活動として、「ふくいの食育リーダー」による米粉料理や菓子づくり教室を開催しているほか、11月開催の「ふくい食と農の博覧会」で「米粉を使った簡単スイーツづくり」を実施
- ・今年度、米粉レシピコンテストを開催

【コメコのススメ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】⑨

新潟県 米粉の需要拡大に係る主な事業



にいがた発「R10プロジェクト」の推進のため、米粉の普及促進に取り組んでいます

首都圏向けプロモーション

令和4年7月に東京都と締結した米粉の活用・消費促進に関する協定に基づき、都内の各種イベントに出展するなど、首都圏向けのPRを実施

- 都主催のフードイベントにブースを出展し、県産米粉商品を販売、PR
- 首都圏等のバイヤー向け米粉製品商談会の開催
- 首都圏の流通小売事業者と連携した米粉商品PR販売



協定締結式の様子



都主催イベントへの出展

民間事業者と連携した米粉商品の開発・販売

R10プロジェクト応援企業（コンビニ、食品メーカー等）と連携した米粉商品の開発・販売

- 県内中小企業が行う米粉商品の開発支援
- コンビニと連携した米粉商品の開発・販売
- 小売店や飲食店と連携した米粉商品の販促キャンペーンの実施



コンビニと連携した米粉商品販売



商品開発支援を行った商品

学校給食等における食育の推進

次代を担う子どもたちに米粉に親しんでもらうため、米粉に関する食育支援を実施

- 学校給食での米粉パン・米粉めんの提供に係る補助
- 米粉に関する食育授業の実施
- 米粉料理レシピコンクールの実施及び商品化



米粉の食育授業



学生考案の米粉バーガーの商品化

【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 10

青木農場

(新潟県新潟市西区木場2355番地)



NIIGATAひかりBAUM

土づくりと生産方法にこだわった自社栽培のコシヒカリ玄米粉を使用した、グルテンフリーのパウムクーヘンです。

菓子杜氏 喜太郎

(新潟県南魚沼市塩沢229-1)



半熟かすてら

魚沼産コシヒカリや新潟県産赤玉子、魚沼産牛乳等、新潟県産にこだわった最上級お菓子です。

新潟まぜそば たねや

(新潟県新潟市中央区万代1-3-30)



まぜそば

3年かけてつくりだした純白の米粉麺は、超圧縮製法により、モチモチ、ソルツルの食感を実現しました。

bakery & café KARVAN

(富山県富山市中央通り2丁目3-22 中教院モルティ1F)



グルテンフリー&ヴィーガンクッキー ラムレーズンサンド

米粉を100%使用しています。小麦、乳、卵不使用の「ラムレーズンサンド」の自家製バターは、お召し上がり後は重くならず軽やかです。

糰ASOBI

(富山県砺波市高道53-2)



高道ロール (たかんどロール)

富山県産食材にこだわり、1本1本丁寧に焼き上げた無添加で甘さ控えめ、しっとりふんわり柔らかい「塩麹」塩麹ロールケーキです。100%米粉使用でグルテンフリーです。

昌栄堂

(富山県黒部市三日市1078-1)



米粉くっきー COMECO

富山県産コシヒカリ米粉とシユウレイ大豆を使用したサクホロ食感のクッキーです。小麦、卵不使用です。

SOYA-宗屋-

(石川県能美市大成町チ81-1)



グルテンフリーパン・スイーツ・玄米粉

有機無農薬玄米を使用したグルテンフリーパン・スイーツ・玄米粉です。小麦粉は一切使わず、オーガニック食材を使用して、安心安全をお届けします。

こめとわとベーグル

(石川県輪島市大野町敏兼37-69)



米粉100%ベーグル

自家栽培したお米「能登ひかり」を店内で製粉し、米粉100%で作りました。外はカリッと、中はふわふわ・もちもちしています。卵・小麦粉不使用のため、卵・小麦アレルギーの方も安心していただけます。



リズ・オースター/桃ペントフォーク

(福井県福井市黒丸町14-48-2)



グルテンフリー！ 米粉で おいしー 生活

自社で生産する長粒米と短粒米をブレンドしたきめ細かな米粉を使い、スイーツやパンなど様々な商品を製造・販売しています。すべての商品をグルテンフリー専用工場で作成。素材の美味しさを引き出したお米のシフォンケーキが一番人気です。米粉の販売もしております。

丹生寺坂農園

(福井県越前町東内郡4-604)



米粉のロールケーキ

農薬不使用、有機栽培米の米粉を使ったロールケーキです。大変シンプルな材料ながら、驚きの食感とおいしさに仕上がっています。



米粉のみそくみシフォン

農薬不使用、有機栽培米の米粉からグルテンフリーのシフォンケーキを焼きました。搾り込まれたお味噌の旨み成分によって、深みのある味わいとなっております。

【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 ①①



使ってみよう！米粉の新たな可能性へ！！ 北陸米粉サロン



米粉への関心が高まっています。「小麦粉の代替」といった一時的なブームにならないよう、製粉業者が抱える製造・販売の課題やその解決方策についての意見交換を行うほか、米粉の基礎知識や新たな用途についての情報提供を行い、米粉の需要喚起の取組を促すことを目的に開催します。ご関心のある方はぜひご参加ください。

オンラインと会場参加による
ハイブリッド開催

開催日時 12月9日(金) 15:00~16:30

会場 金沢市広坂2-2-60 金沢広坂合同庁舎1F大会議室
(駐車場はございませんので、公共交通機関の利用をお願いします)

プログラム

●オープニング●

・米粉の現状と課題

(北陸農政局 生産振興課)

●米粉に係るブリーフィング●

- ・大塚 せつ子氏
- ・藤波 孝幸氏
- ・伊藤 武範氏
- ・梶 亮太氏

●ディスカッション●

- ・米粉初心者への「あるある」の話(意外と知られていない米粉の特徴など)
- ・最近、出てきた米粉の新商品についての話(米粉業界の皆様からのご紹介)
- ・一時的なブームに終わらせないため、米粉の定着に向けた話(生産、流通・加工、販売)

●申し込み方法●

【開催方法】
Zoomによるオンライン開催と会場参加による開催となります。

【参加登録方法】

オンライン or 会場、どちらかの参加希望を
次のURL又は二次元バーコードから事前にお申込みください。

<https://www.maff.go.jp/hokuriku/news/press/seisan/221111.html>

※アクセス数に限りがあることから、お申込み多数の場合は申込締切前であっても参加申込みを締め切らせて頂きます。
※お申込みによって得られた個人情報は、厳重に管理し、本サロンの運営のみに使用させていただきます。



【お問合せ】

北陸農政局生産部生産振興課 松山、山之内
TEL: 076-232-4302 (直通) FAX: 076-232-5824

申し込み締切 令和4年12月5日(月)



知りたい・米粉のウラ側

北陸 米粉サロン



開催日時

R5年10月18日(水) 13:30~16:30

会場

金沢市広坂2-2-60 金沢広坂合同庁舎7F 第1・2会議室
(駐車場はございませんので、公共交通機関の利用をお願いします)

オンライン・オフライン
ハイブリッド開催

参加無料

国内で唯一自給可能な穀物である米を原料とした米粉の活用は米の文化と歴史を次代につなぐにあたっての重要な課題となっています。米粉の需要をさらに伸ばしていくためには、小麦粉の代替にとどまらず、幼少期から米粉に親しむ食文化を知るだけでなく、米粉・米粉商品を海外に知らせて使ってもらうことが重要です。この度、北陸農政局では、米粉利用関係者から米粉利用の現状を紹介いただき、米粉の課題や新たな米粉商品の可能性についての意見交換を行います。米粉に関心のある方はぜひご参加ください。

プログラム

●オープニング●

・米粉をめぐる状況について

(北陸農政局 生産振興課)

●ブリーフィング●

●ディスカッション●

・米粉商品のPRポイント

原料、使いやすさ、健康

・ターゲット

国内市場及び海外市場

・新たな製造方法や食べ方への提案

お気軽に
ご参加
ください！



●申込方法●

【開催方法】

Teamsによるオンライン開催及び会場参加によるハイブリッド開催となります。

【参加登録方法】

オンラインor会場参加のどちらが希望かを
以下のWebフォーム(二次元バーコード)からお申込みください。

<https://www.contactus.maff.go.jp/j/hokuriku/form/seisan/231018.html>

※アクセス数に限りがあることから、参加申込者が多数の場合は、申込締切前であっても参加申込みを締め切らせて頂きます。
※お申込みによって得られた個人情報は、厳重に管理し、本サロンの運営のみに使用させていただきます。



【お問合せ】

北陸農政局生産部生産振興課 松山、内田
TEL: 076-232-4302 (直通)

申込締切 令和5年10月11日(水)



プロフィール

大塚せつ子(米粉料理研究家)

(株)ライステラス代表取締役。自給こだま酵母のパン作りと、米粉の技術開発の第一人者。全国に新たな米の食文化、米粉の魅力を広く伝え、もう一度日本の食卓に「米」をのせることが自給率を上げることになると、2013年4月に「日本米粉クッキング協会」を設立。お米で地域おこしを目指している。



ふじなみたかゆき

藤波孝幸(株波里)

株式会社波里 代表取締役社長。業務用・家庭用米粉製造・販売でマーケティングを確立。18年より、いち早く米粉の用途別基準の普及に努めている。21年、国内初のノングルテン米粉製造工程管理JAS認証を取得。国内外グルテンフリー市場において、国産米粉の消費ニーズを見込み、米粉の品質向上と普及に取り組んでいる。



いとうたけのり

伊藤武範(株)ベントフォーク

N.T.T.ベトナム駐在。外資系勤務を経て2016年より農業分野に参画し2017年より代表取締役。北陸を中心に米粉用米の生産を急拡大。超多収の長粒種「越穂」を原料に自社グルテンフリー専用工場にてシフォンケーキ・米粉パン・フォーをブランド化し全国で販売。アメリカ、オーストラリア、東南アジアでも販売開始している。



かじりょうた

梶亮太(農研機構中日本農業研究センター)

(水田利用研究領域作物開発グループ)長補佐
1993年農林水産省入省。以後、九州、東北、北海道の国(農研機構)の研究機関で一貫して米の品種改良に取り組んできた。2019年に中央農業研究センター(現中日本農業研究センター)に異動。北陸地域に適した良食味品種、米粉用品種の育成に取り組んでいる。



【コメコのススめ 米粉ゆるかわ♡オシャ商品】 ⑫

● コメコのススめ × エムコック ●



消費者の部屋「コメコのススめ」にて展示中のオススメ「米粉ゆるかわ♡オシャ商品」を期間・数量限定で1F売店にて販売中！この機会に是非ご賞味下さい。

● 11月中に販売される米粉を使ったお菓子のラインナップ ●

**ホホホ産金沢/米トーン
ボスケットクッキー**
各種 ￥400 (税込)

「ボスケット」は石川県産の食材をメインに使用し、食材を生地に練り込んで丁寧に焼き上げた風味豊かな彩りも楽しいお菓子です。

**米粉菓子みと
米粉クッキー**
各種 ￥320 (税込)

白山市産の米粉を使用。バター、乳製品、白砂糖不使用です。チョコチップは乳化剤不使用。小麦菓子と変わらない満足感を。

**SOYA-家屋
グルテンフリー玄米クッキー**
各種 ￥380 (税込)

有機栽培のお米を自家製粉したものを使用し白砂糖ではなくビート糖で製造しております。アレルギー食材に関しては26品目不使用となっております。

**井口グリーンワークス
SOY EASY(ソイジー)**
各種 ￥500 (税込)

石川県産特別栽培大豆と特別栽培米コシヒカリを米粉と生地に練り込み、一つ一つ手作りで、カリッと焼き上げたお菓子です。

**コンコント菓子店
クッキー、ケーキ**
各種 ￥160 (税込)

米粉と豆乳からできた焼菓子です。石川県加賀市の「にちにち好日」さんの自然栽培米の米粉を使った焼菓子。クッキーはサクサク、パウンドケーキはしっとり食感のヴィーガンスイーツ。

**ルミュード アッシュ
YUKIZURI**
各種 ￥891 (税込)

辻口パティシエが、石川県を代表する「兼六園の雪吊り」をイメージし、前田家の梅鉢紋から地元の食材を使い、フランス伝統菓子のサクリスタンをヒントに焼き上げました。

販売期間は11/1(水)～30(木)迄 (お支払いは現金のみ)

お問い合わせ先 広坂合同庁舎1F売店 ☎076-261-0767

期間限定！！コメコのススめ×エム・コック

コメコのススめ ～コラボ企画～



石川県産米粉を使った主菜メニュー

**定食
500円**
(主菜の他、
ご飯、小鉢、
みそ汁付き)

鶏の唐揚げ	11 / 8 (水)
酢豚	11 / 15 (水)
天ぷら盛合せ	11 / 22 (水)
クラムチャウダー	11 / 29 (水)

※ 11:30～13:30迄、無くなり次第終了

提供場所

エム・コックサービス㈱
広坂合同庁舎1F 食堂にて

【お問合せ】 北陸農政局生産部生産振興課 TEL: 076-232-4302 (直通)