



米粉を食べて田んぼと食を守ろう！



米粉でハロウィンを彩りませんか？



米粉めんで作ろう！ ハロウィン米粉パスタ



う米めん

福島県産米100%
茹で時間が短く
長期常温保存可能



グルテンフリー
スパゲティ
国産発芽玄米使用



玄の舞めん

秋田県産あきたこまち
人参、大豆、お茶と種類多
数な冷凍玄米めん



お菓子・
料理用米粉

宮城県産ひとめぼれ
使用。ふるう必要が
なく、混ぜても粘り
がでません！



ガイコツチョコパン



レシピはコチラ
米粉のチョコパン | 米粉タイムズ



材料＜6個分＞
米粉(製パン用) 200g
砂糖 20g
塩 3g
ドライイースト 3g
ぬるま湯 170ml
サイリウム 4g
サラダ油 大さじ1
板チョコ 1枚
チョコペン 1本



米粉マフィン
ミックス粉

卵、バター、牛乳が
あれば、製品裏面の
作り方通りで簡単
に作れます！



ハロウィンカラーのお菓子



- ・カステラ
- ・クッキー
- ・チーズケーキ



- ・東北米粉利用推進連絡協議会会員の米粉製品を掲載しています。
- ・米粉製品は各二次元コードから購入ください。

農林水産省
東北農政局

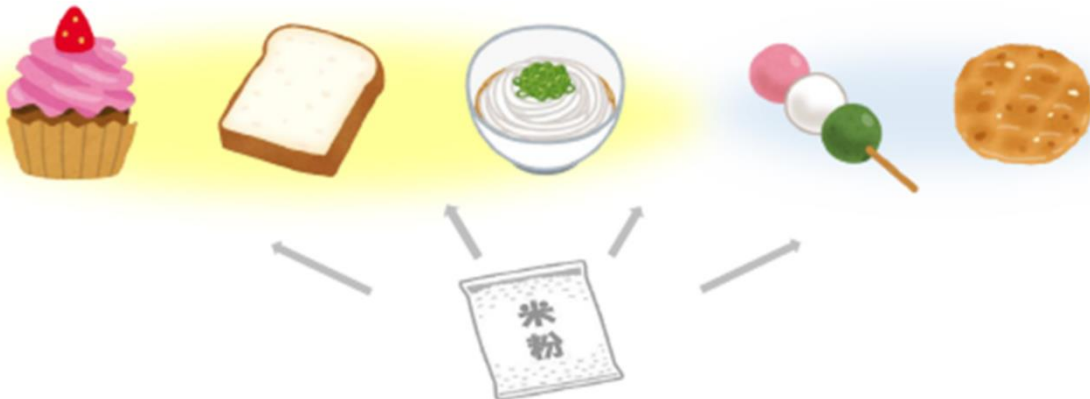


米粉を食べて田んぼと食を守ろう！



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。



生物・自然保持



水田・文化保持



食料自給率向上

