



米粉を食べて田んぼと食を守ろう!



▼米粉で作った もちりワンタン



▲舞めん (冷凍米粉めん)



▲小麦を使わない 中華めん



▼玄米ともち麦で つくった天ぷら粉



調理イメージ



楽しもう!

◀米粉ロール ミックス粉



▶ちーず心こ福



米粉で桜のロールケーキ

▼スイーツ米粉



調理イメージ

レシピはコチラ



- 材料<1本分>
- 米粉 (製菓用) 70g
 - 卵黄 4個分
 - グラニュー糖 30g
 - 牛乳 大さじ1
 - 米油 大さじ1
 - 桜パウダー 7g
 - 卵白 4個分
 - グラニュー糖 40g
 - 生クリーム 200cc
 - グラニュー糖 10g
 - 桜餡 40g
 - ホイップクリーム 適量
 - 桜の塩漬け 適量

・東北米粉利用推進連絡協議会会員の米粉食品を掲載しています。
 ・米粉食品は各二次元コードから購入できます。

農林水産省
東北農政局

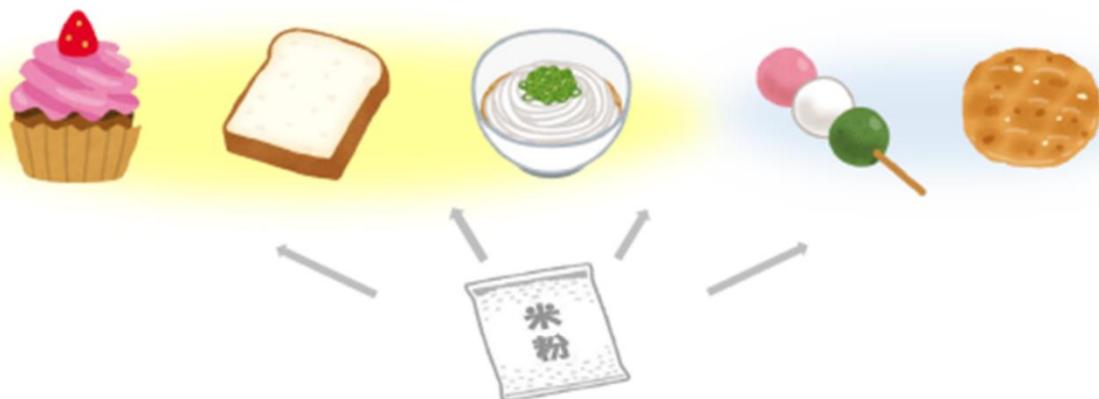


米粉を食べて田んぼと食を守ろう！



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るなどの重要な役割も果たします。

