

特集



生産者さん おじゃましてす

「金芽」と「亜糊粉層」を残した “栄養価”と“うまみ”の高いお米です。



～ 和歌山・東洋ライス(株) ～

金芽(胚芽の一部)

ビタミンB₁・E、食物繊維が多い



金芽米

亜糊粉層

ヌカと胚乳の間にある極薄の旨み層
 糖質(マルトース、オリゴ糖、
 グルコース)が多い

玄米からヌカ層を除き、栄養価の高い胚芽の一部を残したのが「金芽米」。金色に見える「金芽」と、でんぷん層(白米の部分)の表面に残した旨味成分をもつ「亜糊粉層」が、冷めてもおいしく栄養価の高いお米を実現しています。特殊な精米技術でできる金芽米は、収穫後に水分量など適切な管理がされた新鮮なお米からしか、金芽が残るように精米できません。

また亜糊粉層は、水分をしっかりと吸収して量も重さも増えるのが特徴です。お米を1割減らしても同じ量のご飯が炊き上がるので、5kgのお米が約5.5kg分のねうち、同じだけ食べてもカロリーは約90%と、少しうれしい金芽米です。



精米状況を厳しくチェック
 (取締役 品質保証部長
 市場さん)

でいねいに精米をしています。

お米の状態にあわせた
 “ほんの少しの削りの違い”が、
 金芽米のおいしさと品質を左右します。

(東洋ライス 品質保証部
 金芽米精米オペレーター・中村さん)



白米よりも高い旨味成分と栄養素!

金芽米を炊くと酵素のはたらきで
 白米に比べて

- 甘み成分である、マルトースは約60倍・オリゴ糖は約12倍
- 脳の栄養素、グルコースは約5.5倍
- ビタミンB₁・Eとも約2倍
- 食物繊維は約1.5倍



東洋ライス(株)社内独自調べ



大分県産ひとめぼれの生産者
 大塚さん

～大分県産ひとめぼれの産地は～

標高300メートル以上の中山間地で、
 高温障害などにあわないように栽培し、
 近くの倉庫で適切な水分量に乾燥させる
 ことで、金芽米に向く新鮮なお米にな
 ります。

とがないうから
 ラクチン!

「無洗米金芽米」のおいしい炊き方

(大分県産ひとめぼれ以外の金芽米も同じです)

米は少なめ

洗米しない

たっぷり浸水させる

- ①金芽米は少なく計量。専用の2カ所のくぼみ付きカップ
 または、普通の計量カップ(180cc)では1割程度お米を
 少なめにします。
- ②水加減は“今まで通り”で。炊飯器の目盛り(白米)通りにします。
 水が少ないとパサつきの原因に。
- ③洗米しない。とくとせつかくの亜糊粉層や金芽が流れてしまいます。
- ④十分な“浸水時間”を。金芽米は亜糊粉層が水をたっぷり吸収しますので、
 炊く前にじっくり水に浸すことが大切です。
 ※夏場は30分、冬場は60分程度浸けてください。



炊飯は
 白米コースで。



無洗米金芽米
 大分県産ひとめぼれ

2月4回

5kg

本体 1,880円 (税込1,974円)