



ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2018.2月4週号

提出日	2/13	2/14	2/15	2/16
配達日	2/20	2/21	2/22	2/23
翌々週分配達日	2/27	2/28	3/1	3/2

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

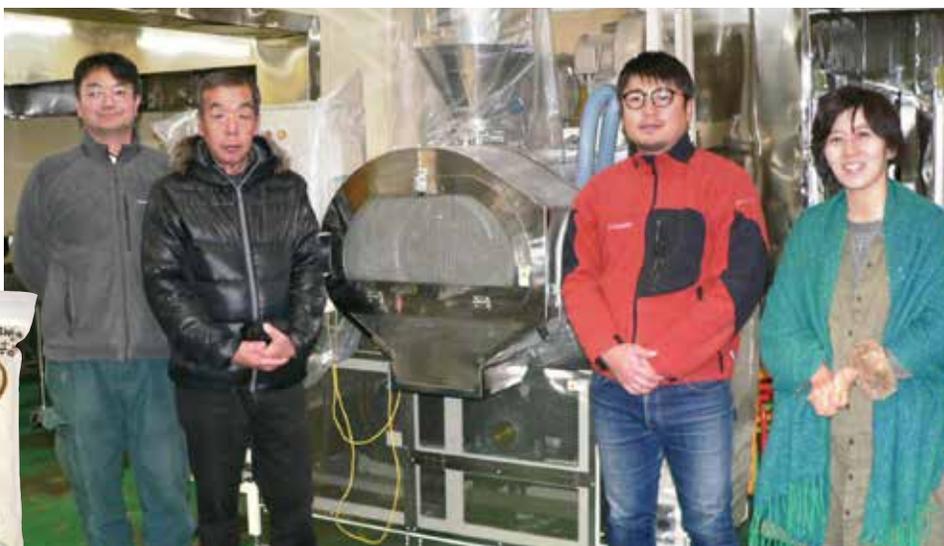
米粉 RICE FLOUR

パンが焼ける「ふっくら米粉」誕生

世界最先端の米粉製造技術で実現。

西村機械製作所 JA土佐れいほく(高知県)

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



高生連スタッフ 植木 栄治さん、源流米生産者 長野 進さん、ソーシャルファームもぎたて 中原 力哉さん、谷町空庭 山内 美陽子さん(写真左から)



簡単にパンが作れる「ふっくら米粉」

オルターカタログ2016年3月1週号でご紹介したJA土佐れいほくの「棚田の米粉」を、さらに進化させたグルテンフリーの決め手、製菓用にも使える画期的な米粉、土佐れいほくの「ふっくら米粉」が誕生しました。

小麦粉パンの代わりに、簡単に米粉100%パンが作れます。パンケーキに使うと浮きがよく、口溶けのよい仕上がりになり、冷めても硬くなりません。保水性もよく、劣化を抑えられます。クッキーに使うと焼く時のひび割れ防止ができ、香ばしさもアップします。従来の米粉のイメージをはるかに超えた、新時代、新素材の米粉です。

アルファー化米粉技術で完成

この「ふっくら米粉」は、気流式粉碎機スーパーパウダーミルという超微粉で澱粉損傷の少ない、大変優れた製粉技術を持つ、西村機械製作所(西村 元樹社長)が開発した「アルファー化米粉」技術で作られています。気流式粉碎機で作った「棚田の米粉」にアルファー化した米粉を少々混ぜています。

アルファー化した米粉とは、簡単に説明しますと米のポン菓子に粉にしたようなものです。加水した米を製造機内で一気に加熱し膨張させたものが、ポン菓子のような乾燥状態のパフ。これを粉碎したものをアルファー化粉といいます。このアルファー化した米粉と、従来の気流式粉碎した米粉のコラボで、グルテンフリーの決め手、小麦粉と遜色なくパンも焼ける画期的な米粉が完成したのです。

従来、米粉でパンを作ると、時間がたつと硬くなり、味や食感で難点があるとされてきました。それを、保湿性の高いアルファー化米粉パフを混ぜることで改善することができました。

社会福祉法人がパフを製造

アルファー化米粉は、和歌山県紀の川市にある社会福祉法人「一麦会」が運営する就労継続支援A型事業所「ソーシャルファームもぎたて」中原 力哉代表が、西村機械製作所からパフ製造機1号機を借り受け、JA土佐れいほくの源流米の生産者の米を原料に製造しています。「棚田の米粉」と「アルファー化米粉」のブレンドは土佐れいほくで行っています。

源流米生産者の酒米「アキツホ」が原料

土佐れいほくの「ふっくら米粉」に使用しているお米は「棚田の米粉」と同じ、オルターカタログ2012年11月3週号でご紹介した、「源流米」の生産者、長野 進さんが四国吉野川の源流域の棚田で栽培している、オルター基準 ◆ (除草剤一回使用) のものです。品種は、この米粉にたいへん適している酒米品種「アキツホ」です。最も米パン作りに適しているアミロース値(お米のねばつき具合)の品種です。

小麦グルテンで生活習慣病に

多収穫性に向かって過度に品種改良された、現在一般に流通している小麦粉のグルテンが、難消化性の

ため、アレルギー、グルテン過敏症、頭痛、めまい、うつ症状などの原因となり、重症化した場合には「セリアック症」という難病になることが問題となっています。高血圧、肥満、糖尿病、心臓・内臓倦怠感、関節痛、喘息などの原因にもなります。そのため、世界で「グルテンフリー」が叫ばれるようになってきました。この新しい危険ドラッグともいえるべき「小麦グルテン」に対し、オルターでは3つの方法でグルテンフリーに取り組んでいます。

グルテンフリーへのオルターの取り組み

第1は、小麦粉を米粉に置き換えることです。このたび開発された、土佐れいほくの「ふっくら米粉」は、その有力な柱となることはいうまでもありません。

オルターカタログ2017年10月3週号でご紹介した(株)茗荷村同労社の「玄米粉・グレイニズムパウダー」、「玄米ミルク・グレイニズムミルク」と並んで、グルテンフリーの決め手です。

第2は、難消化性の小麦グルテンを、乳酸菌の力を借りて分解してしまおうという方法です。オルターカタログ2017年6月4週号でご紹介したアルペンローゼの玄米ミルクパンの製造方法です。

第3は、小麦を危険のなかった古代小麦に戻すという方法です。現在オルターでは古代小麦の増産に取り組んでいます。あと2年くらいでなんとかパンなどを作れる量に達しそうです。

土佐れいほく農業協同組合の「ふっくら米粉」

●原料

源流米生産者(長野 進さん)の栽培する酒米品種「アキツホ」(オルター基準 ◆ ND)



●製造工程

・アルファー化米粉
ソーシャルファームもぎたてにて製造

- 1 原料米に加水する
- 2 圧力と熱をかけ、一気に高圧で押し出して膨化(パフ化)する
- 3 パフを粉碎、製粉する

・アルファー化米粉ミックスの製造
高知県土佐町JA土佐れいほくの米粉工場にて製造

- 1 源流米を白米に精米する
- 2 洗米し、水に浸漬する
- 3 水切り、テンパリング
- 4 気流式粉碎機にて製粉
- 5 乾燥する
- 6 ふるいにかける
- 7 混合機で「アルファー化米粉」と混合する