



# ほんものを たべよう

提出日	1/ 15	火	水	木	金	18
配達日	1/ 22	火	水	木	金	25
翌々週分配達日	1/ 29	火	水	木	2/ 1	

2019. 1月4週号

Alter Weekly Order Catalogue

## 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。

## パン BREAD

# グルテンフリーの決め手、革新的な米パン登場

自然栽培米が原料。

## 結 (musubi)

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)

### 小麦粉を使わない米のパン

和歌山県橋本市の結 (musubi)、平野 貴代表は、小麦粉を使わず、グルテンフリーで米パン、シフォンケーキ、ホワイトソースなどを製造しています。

小麦粉を使わないで米だけでパンを焼くことは、画期的な技術です。グルテンフリーを求めるすべての人に朗報です。

小麦粉の他、たまご、乳製品も使用していません。

この度、オルター向けに自然栽培の米でつくった米粉とオルター仕様の副原料で作っていただきました。

### 画期的な特許技術

米でパンを作ることを可能にしているのは、オルターカタログ2018年2月4週号でご紹介したα化米粉と、ヤンマーのグループ会社「ライステクノロジーかわち(株)」が開発した特許技術を使った「ライスジュレ」によるものです。

ライスジュレとは高アミロース米を炊いたごはんに水を加え、米粒のままダイレクトにゲル転換したもので、保水性が高く、もちり感が持続します。ソフトタイプ(ゆるめのゼリー状)やハードタイプ(ゴムのような高弾性状)を使い分けることで、パン、お菓子、麺類など、食感も硬さも自由自在に加工できるものです。

### 米は自然栽培米、農薬不使用米

平野さんはライスジュレやα化米粉の原料米にもこだわっています。ライスジュレおよびα化米粉の原料は、



平野 貴代表

和歌山県橋本市にある橋本自然農苑が農薬や化学肥料、有機肥料も使わず自然栽培した高アミロース米「ミズホチカラ」です。原料を指定して委託加工しています。

今後、生産者が変わることがありますが、自然栽培の高アミロース米が原料になることは変わりません。

### 副原料もオルター仕様

米パンにはα化米粉、ライスジュレ以外に副原料としてココナッツオイル、砂糖、食塩、白神天然酵母などを使用しますが、これらもすべてオルター仕様の原料です。

### 研究熱心、凄腕

平野 貴代表は2003年、主婦で子育て真っ最中に我が子に手作りのパンを食べさせたくて趣味でパン作りを始めました。やがてパンの魅力にとりつかれ、2006年にパンインストラクターとなりました。2007年には和歌山県かつらぎ町にある福祉作業所「なごみ福祉会」で聴覚障害者と一緒に手話でパンの指導をするようになり、さらに2010年にはF-fieldパン教室を主催、約100名の生徒に指導しました。

2012年にオープンした「天然温泉ゆの里」のパン工房

責任者として迎え入れられ、併設しているカフェの責任者も兼務しました。ゆの里の名水の魅力にひかれたのがきっかけです。その名水を中心としたメニュー開発も担当、3年でパン部門・カフェ部門ともに売上を約4倍に伸ばす活躍をしました。

### 小麦アレルギー対策のためグルテンフリーに開眼

通ってくるお客さんの中には小麦アレルギーの方がいて、やがて100%米粉パンに集中したいと考えるようになりました。2017年に独立、結 (musubi) をオープンし、グルテンフリーの米粉パン、米粉麺の企画販売を始めました。2018年2月にはヤンマー 第1回ライスジュレレシピコンテストでパン部門グランプリを獲得し、2018年3月にはグルテンフリー米粉結パンが「プレミアム和歌山(和歌山県優良県産品)」に認定されました。

オルターへのご紹介は、藤井まりオルター顧問からです。先生の精進料理教室に平野さんが参加されたのがきっかけです。オルターで開催した2018年8月25日の藤井まり先生の料理教室でも平野さんのライスジュレ活用術をご披露していただきました。

## 結 (musubi) のグルテンフリー米粉パン

### ●原料

米粉	橋本自然農苑(和歌山県橋本市) 自然栽培 高アミロース米「ミズホチカラ」☆☆☆
	あゆみ農園(西歩)(和歌山県岩出市) 自然栽培「にこまる」 有機JAS認定☆☆☆
α化米粉	原料米は上記橋本自然農苑の自然栽培米
ライスジュレ	原料米は上記橋本自然農苑の自然栽培米
砂糖	新光製糖 種子島甘蔗分蜜糖
ココナッツオイル	ココウェル(オルターカタログ2017年12月4週号参照)
酵母	サラ秋田白神 白神こだま酵母ドライ(オルターカタログ2008年5月5週号参照)
食塩	赤穂化成 赤穂の天塩

### ●製造工程

- 1 原料混合
- 2 発酵
- 3 焼成
- 4 放冷
- 5 冷凍