

作ってみようカンタン米粉料理！



かがわ農産物物流消費推進協議会
玄米粉・米粉利用推進部会

座長 川 染 節 江

2011年の東日本大震災後に改めて食の安全・安心・安定の確保がいかに大切であるかを、思い知らされました。各方面からの支援活動報告によりますと、アレルギー対応の食品が不足であったことが問題視されていました。

日本人の主食は古代から「米」が主で、神仏への供え物としての役割も担ってきました。

戦後、私たちの食生活が和風から洋風に変わり、世界中の特色ある食べ物入手し、食べられるという豊かさを多くの国民が享受する一方、自給率の低下が課題となっています。

2013年12月には「和食は日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録され、和食への関心が高まっています。

本県では、県産米の消費拡大を図るため、関係機関・団体等が一体となり、早くから、玄米の持つ栄養や機能性に着目して玄米粉の開発・商品化に取り組んだほか、パンや麺などに適した米粉の開発や調理方法の検討を行ってきたところです。

今回、玄米粉や米粉のしっとり・もちもちとした食感を生かした調理方法をより多くの人に知ってもらうため、ホームページ上で料理レシピの充実を図ることとなりました。

小麦粉アレルギーのお子様には、米粉を小麦粉の代替えとして、安心して使えるレシピをより拡大充実させてまいります。

あなたもぜひ挑戦してみてください。

川染節江氏 プロフィール

農学博士、管理栄養士、香川県食農アドバイザー、元香川県明善短期大学学長を平成16年に退職、県内大学・短期大学などで非常勤講師、調理学・食育・食文化論等について研究・活躍中