

[平成14年度 普及に移す技術]

[普及に移す技術名] 玄米を用いた餅、米菓の作り方							
[要約]モチ玄米を精米器で処理して果皮剥離、その後水浸漬1時間、ミキサーで粗く米粒破碎、水分調節することにより餅、米菓を作ることができる。また、これらは健康に良いとされる成分を多く含むことが期待される。							
農業試験場・食品加工研・技術開発研究グループ				契機	研	要請元	農業試験場
部会名	食品	専門	加工利用	対象	稲類	分類	普及

[背景・ねらい]

近年、玄米やその加工品が健康に良い食品として見直されつつあり、市販品もみうけられるが、加工性や嗜好性の悪さが普及上のネックとなっている。高価な設備を導入し、玄米を用いて餅や米菓を製造する方法がいくつか提案されているが、小規模な量の米で簡易かつ嗜好性の良い製品を作る方法は見あたらない。

一方、農家や一般家庭では精米に準じた方法で玄米餅や米菓が作られているが、良い製品を作ることは困難である。そこで、玄米を用いて手軽にできる餅や米菓の作り方を開発する。

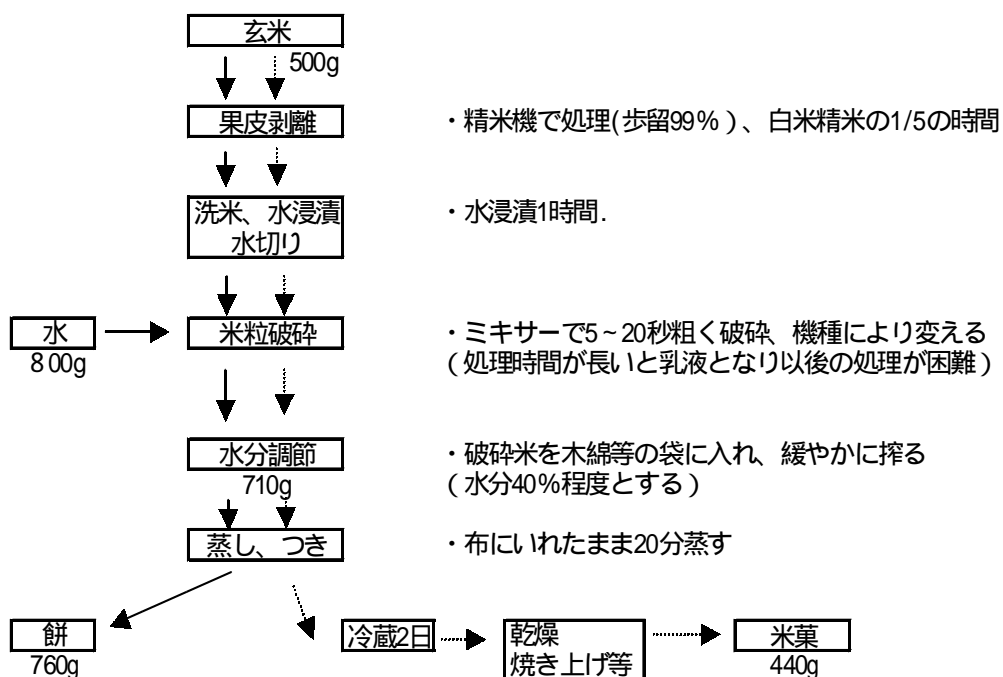
[技術の内容・特徴]

1. 本法は玄米を循環型精米機で処理する（白米の1/5の時間）ことによる果皮の表層剥離（歩留99%）、1時間水浸漬、ミキサーによる米粒の粗い破碎、木綿布等で破碎米を搾り水分40%に調整する点に特徴がある（図1）。
2. 一般的な調理器具を用いて作ることができる。フローシートを図1に示す。
3. 玄米のとう精においては精米歩留が高ければ食物繊維、脂肪酸、ミネラル、ビタミン等の健康に良いとされる成分の含量が高まることが知られており（参考表）、本法ではほぼ玄米を用いた場合に匹敵するものと考えられる。
4. 本法による餅や米菓は官能評価の総合値が普通～やや良いことが示唆される（表1）。

[技術の活用面・留意点]

1. 処理時間や水分含量は基準を守る。基準を外れると、作業性や食味の低下を招くので注意する。

[具体的データ]



(品種はカグラモチ、調理器具等は家庭用のものを用いた)

図1 玄米を用いた餅、米菓の作り方フローシート

表1 餅および米菓の官能評価(カグラモチ、2000年産)

品名	伸び	こし	味	風味	すだち	食感	総合	備考
餅(焼き餅)	-0.21	-0.36	-0.07	-	-	-	-0.07	-
餅(煮餅)	0.40	-0.50	-0.30	-	-	-	-0.10	やや溶解
米菓(油揚げ)	-	-	-	-0.07	0.38	0.69	0.46	淡黄色
精白米に準じた方法による餅	-	-	-	-	-	-	-	おはぎ様で餅にならず

注) 当所職員14名(煮餅は10名)による絶対評価(-2:悪い、-1:やや悪い、0:普通、1:やや良い、2:良い)

参考表(五訂日本食品標準成分表)

品名	たん白 (%)	カリウム (mg/100g)	マグネシウム (mg/100g)	ビタミンE (mg/100g)	ビタミンB1 (mg/100g)	食物繊維 (g/100g)	脂肪酸 (%)	歩留まり (%)
玄米	6.8	230	110	1.3	0.41	3.0	2.33	100%
半つき米	6.5	150	64	0.8	0.30	1.4	1.61	95から96
七分つき米	6.3	120	45	0.5	0.24	0.9	1.35	93から94
精白米	6.1	88	23	0.2	0.08	0.5	0.81	90から92