

広がる米粉食品

米粉の利用拡大

米は日本の主食として、古くから生産・消費されてきました。近年、米粉の利用を巡る動きが活発となり、米粉の用途は従来の和菓子の他、洋菓子やパンや麺類といったこれまで小麦粉を主原料としていた食品へと広がりつつあります。米粉食品への関心が高まっている背景は二つあります。一つ目は、消費者の安全・健康志向と嗜好の多様化の中で、米を原料としていることによる安心感と、従来の製品にない食感を持つことが受け入れられている点です。二つ目としては、国内産米の消費拡大や地産地消を目的とした施策が挙げられます。平成 17 年に「全国米粉食品普及推進会議」が発足し、農林水産省と連携して米粉食品の普及を推進しています。米粉パンの学校給食への利用など、全国の自治体で様々な活動が行われています。

次に、米加工食品の例として米粉を利用した麺類(ライスヌードル)について紹介します。

ライスヌードルとは

ライスヌードルは中国南部が発祥の地と言われており、台湾、東南アジアでは日常的に食されています。ライスヌードルは各国で様々な呼び名がありますが、日本では、台湾のビーフン、ベトナムのフォーが有名です。最近では日本でもアジア料理店やカップ麺などで手軽に食べられるようになってきました。

ライスヌードルの調理方法はスープで野菜や肉類や魚介類などの具材と食べる「汁あり麺タイプ」と、野菜や肉類と炒める「焼きそばタイプ」があります。また、現在では一般的ではありませんが、日本でも江戸末期には「米切り」というものが作られていました。「米切り」は蕎麦粉の代りに米粉を小麦粉と配合したもので、つなぎとして自然薯や海藻などを混合したものです。

製造方法

東南アジアにおけるライスヌードルの製造方法は、大きく分けて二種類あります。一つは、精米後乾式または湿式で製粉した米粉を、蒸し

て一部糊化し、押し出し機で線状に押し出し、再度蒸してから乾燥する製法です。台湾のビーフンはこれに相当します。もう一つは、湿式で製粉して乳液とし、これを蒸した後切断する製法で、東南アジアで一般的に行われています。原料米は、中国や東南アジアで一般的なインディカ米です。インディカ米は、日本で栽培されているジャポニカ米に比べて、吸水性が低いいため麺体が付着するといった現象は生じにくくなります。また、高アミロース米を選択することにより、弾力のある麺となります。

日本のライスヌードル

製粉技術や製造技術の改良により、国内産のジャポニカ米を使用したライスヌードルも増えてきています。米粉を原料とする場合、米粉のたんぱく質では小麦粉のたんぱく質のようなグルテンを形成しないため、通常の製麺方法では麺体に弾力を持たせることが難しくなります。そのため、澱粉や小麦グルテンを添加するとともに、製麺時に一部または全部を糊化する方法がとられることが多くなります。愛知県農業総合試験場と食品工業技術センターにおいては、ライスヌードル用米の栽培育種やライスヌードルの試作試験を行っています。製造コストの課題もありますが、今後ライスヌードルなど日本独自の米粉製品の開発が期待されます。



図 ライスヌードル試作例

参考：米の加工利用検討事業戦略会議事務局
HP (<http://komekakou.mrisys.net/>)

保蔵技術室： 日渡美世

研究テーマ： 豆腐加工適性評価法の開発

指導分野： 農産加工品