

新米あきほなみ

かごしまの県民米

鹿児島県の学校給食でも使われています！

あきほなみ 4つの特徴

1. 米粒がしっかりしている
2. 粘りが強い
3. つやがある
4. 冷めてもうまい！

鹿児島県産の袋

あきほなみのごはんにピッタリ!! 「ひり辛豚みそ」はいかが?

材料

- ・あきほなみ…1膳分
- ・豚ミンチ…150g
- ・タマネギ…1/2個
- ・青唐辛子…3本
- ・水菜…適量
- ・みそ…大さじ1
- ・さとう…大さじ1
- ・料理酒…少々

作り方

- ①タマネギは薄くスライスし、水菜は一口大にカット。青唐辛子は種を取り除きみじん切りにする。
- ②フライパンに豚ミンチを炒めて脂を出し、キッチンペーパーなどで油を軽くふきとる。
- ③②にタマネギを加え、しんなりしてきたら青唐辛子を入れる。
- ④みそ、さとう、料理酒を合わせたものを加え、軽く炒める。
- ⑤ほかほかの新米あきほなみの上に水菜と④をたっぷり乗せたら完成です。

JJA食の提案チーム happytableさん提供

MBC TV ズッテ!と鹿児島

スズメはお米が大好物！
スズメよけのネットを取り付け、大切な稻穂を守る作業も完了。(10月18日現在)
穂は茶色っぽくなって、いよいよ収穫が近いことを予感させます！楽しめます。

あきほなみ
バケツ稻

和田小学校 あきほなみ バケツ稻

去る10/18(火)稻刈りが行われました。
その後の様子は、12月号にて。

BG無洗米 Q&A

Q. BG無洗米はどれくらい経済的なの？
A. 普通の精白米5kg袋には約0.15kgのヌカが付いているのでお米を洗った後実際に食べられるのは4.85kgとなります。BG無洗米は余分なヌカを取り除いているので5kg袋のお米すべてを食べることができます。

普通米5kg	BG無洗米5kg
4.85kg ヌカ2 0.15kg	150g (1カップ強) お得

お米の保存

毎日の食事に欠かせない主食のお米は、潤沢がないと不安になり、つい買い過ぎてしまい長く保存することになってしまいがちです。おいしいごはんを食べていただく為に、お米は1ヶ月で食べられる量を目安にお求めください。米びつに入れるときは縦ぎ足しをやめてその都度掃除、乾燥を入念に行ってくださいね。

鹿児島県産
イクヒカリ

冷めても粘りや柔らかさが長時間保持されるイクヒカリ！
新米イクヒカリが鹿児島女子短期大学「紫苑祭」で大活躍！
去る10月16日(日)鹿児島女子短期大学の紫苑祭に行きました。イベントの「レストランSHION」では食物栄養学専攻の学生の皆さん手作りの定食やお弁当が大人気!! 食券売場はスタート直後から長蛇の列。鹿児島の食材を取り入れた「鹿児島を食べようBOX」や友好都市ナポリと鹿児島市のコラボレーション弁当「ナポリの秋BOX」など、ネーミングもユニーク!! それをお料理、お弁当には、とても丁寧でかわいい手書きカード付き。鹿児島県産イクヒカリは、「大根飯」「白米」「茶飯」「カレー」など、色々な献立で使われました。

秋の味覚に大満足！ 大変おいしくいただきました。ごちそうさまでした。

紫苑祭の様子やお弁当など12月号に続きを紹介します。おたのしみに!!

さつま黒もち さつま町 山崎さんの田んぼは？
10月8日現在の田んぼの様子。先月より穂が随分垂れて実がぎっしり入っています。でも、収穫はまだ先のようです。

BGもち米
 BG無洗米

スイートないももち

材料

- ・BGもち米…1カップ
- ・サツマイモ…大1本
- ・水…1カップ
- ・きな粉、さとう…適量
- ・塩…少々

作り方

- ① BGもち米は1時間水につける上ります。
- ② サツマイモの皮をむき、大きめの乱切りにしてもち米に混ぜて炊きます。
- ③ 炊き上がったらよく混せて釜の中ですりこぎでつぶします。
- ④ きな粉にさとうと塩少々を入れ混ぜ合わせておきます。
- ⑤ ③を形よく丸め、④のきな粉をまぶして完成！！

7.8分ほど
つぶし、食感を残します

詳しくはHPをご覗ください。

こんなイベントがありました！

康正産業稻刈り交流会(さつま町平川にて)

以前(7月号)紹介しました「田植え」から稻は立派に生長し、10月19日(水)稻刈り交流会が行われ収穫作業も無事に終了。皆さへん、おつかれさまでした♪

▲いいですね～。稻刈り体験！

鹿児島市立吉田小学校にて「顔の見える関係づくり交流会」開催！
10月19日(水)吉田小学校4~6年の生徒さん及び保護者の方々を対象に、食育に関する講話や当社のお米マイスターによる「お米の話」「お米のクイズ」など実施。朝ごはん調理実習も。

参加された方ありがとうございました。