

かごしまの県民米 あきほなみ

「おいしい!」と大好評

鹿児島県の学校給食で
子どもたちも食べています。



鹿児島県の気候・風土に適した
鹿児島県オリジナルの新品種!

コシヒカリとヒノヒカリの遺伝子を
受け継いだお米!それが「あきほなみ」です。
発売以来多くの方々に支持されています。



〈BG無洗米 5kg〉 〈普通精米 5kg〉

「あきほなみ」を使った郷土料理「タケノコ炒り飯」

- 〈材料〉
- ごはん……(4人分)
 - 筍………250g
 - 菜種油……大さじ3

カンタン!

今回は筍で作りましたがもうすぐ出まわる
「コサダケ」で作ってもおいしいです。

〈作り方〉

- ① 筍はうす切りにする(コサダケの場合は、たて2つ、または4つ切りにして斜めうす切り)
- ② フライパンに油大さじ1を熱し①を炒めて④で下味をつけ皿にとる。
- ③ ②のフライパンをさっと洗って水気を拭き、油大さじ2を熱してごはんを炒める。
- ④ ③に②を加え、全体を炒めたら⑤のしょうゆを鍋肌から入れて混ぜ、塩で味を調える。⑤ 器に④を盛って完成!



しょうゆの風味が香ばしい
なつかしい味!

黒酒 … 旨味成分であるアミノ酸を豊富に含む料理酒(鹿児島の地酒)です。天然の樅木を
焼いて灰を取り、それをお湯でといて抽出した灰汁(あく)を加える手法によって、酒の
腐敗を防ぎます。火入れ殺菌しないため、酵素が生きています。1000年以上昔から作られているそうです。

● 紙面に掲載の商品(あきほなみ・さつま黒もち・さつま赤もち・お米屋さんの紅白切り餅)は
HPショッピングにてご注文いただけます。電話でのお問い合わせ、ご注文は0120-86-0464

パルライス工場見学へようこそ!

4/6(金) 農協連新入社員37名様と

4/12(木) Aコープ鹿児島新入社員8名様

が工場を見学されました。社会人一年生の、とても
初々しい姿!! 希望に満ちて頼もしく感じ
られました。これから社会で頑張ってください。

餅つき & 田植え

4/5(日) 山形屋ストア皇徳寺店にて
餅つきが行われました。

4/7(土) コープ産直米肝付田植交流会。

4/15(日) コープ産直米有明田植交流会。

4/21(土) JAエコパルフェア開催!!

健康嗜好米は毎日の元気のために!!

鹿児島県産黒米 さつま黒もち

鹿児島県産赤米 さつま赤もち



「さつま黒もち」は九州で
初めての黒もち品種です。
ブルーベリーやぶどうで知られて
いるアントシアニン(ポリフェノールの一部)
が含まれた
鹿児島県産の
「さつま黒もち」です。

どちらも
便利な
分包タイプ
(10g×20袋)

「さつま赤もち」は、鹿児島県で
初めての赤もち品種です。
お茶やワインで知られている
タンニン(ポリフェノールの一部)が
自社精米の約9倍含まれた
鹿児島県産の
「さつま赤もち」です。



「おにぎり通信」読者の方から
お便りをいただきました。2月号で
紹介の「さくらもち」をヒントに食紅のかわりに
黒米をもち米に混ぜて作ったら大好評だホ
とのこと……さっそく作ってみました♪大成功!



お便りどおり、自然な色で
とってもおいしいさくら餅が
出来ました。
お便りありがとうございました。
皆さんもぜひお試しください。



なんでもハガキ

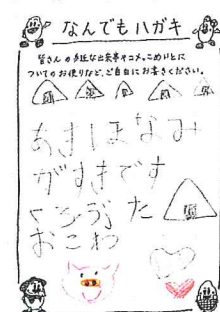
皆さんの身近な出来事やコメントに
ついてのお便りなど、ご自由にお寄せください。
季節の料理やお米に関する情報や
たのびのり おにぎり通信を楽しくにしたいです。
前回の黒米のお米……さつま黒もちが大好きです。
アロハパンの、いそぐらうで、黒米が
はいっている。
ほめたいです。
お米に混ぜて炊くだけで、黒米が
簡単に食べられます。
黒米が大好きです。
お米の、いそぐらうで、黒米が
はいっている。
ほめたいです。

皆さまのお便り、待ってま〜す!!

● 今回もかわいいお便りが届きました。ありがとう!!



さつき♡ちゃん
チューリップが
いっぱい咲いた
おハガキ!
ありがとう!!



きらりん☆ちゃん
三角のおにぎりが
ズラリ!!
おいしそうね!!

吉元様、黒米のお茶を
試していただいたんですね。
ありがとうございます。
これからも役立つ情報を
掲載していきたいと思っ
ております。がんばります。

● 下田様、お便りありがとうございます。
私たちの健康まで祈っていただけ、
有難く、感謝!!です。
● 林様、「月1回のお米の配達」が
楽しみで助かります。」とのこと。
お役に立ててうれしいです♪

胚芽精米Q&A

Q. 栄養価の高い胚芽精米にしたいのですが、お米の保存で気を
付けることがありますか?

A. 胚芽精米は白米より酸化しやすく劣化が早いので、保存しているうちに味などが落ちたり
胚芽部分が褐色に変化することもあります。これから気温、湿度の高い時期のため、湿気を吸収して
カビが発生することもあります。夏場は特に冷暗所の風通しの良いところでの保存をおすすめします。
密閉容器に入れて、冷蔵庫の野菜室で保存するのがベストです。保存が十分でも、精米後、
1ヶ月以内に食べきることをおすすめします。お米はすべて、生鮮食品と同じです。