

# 今までなかった新感覚の「真っ黒なお米」

みなさん、こんにちは！

穀物繊維で健康な食を楽しく、ライスアイランドメールマガジン！

夕方にお腹が空いたなあ～と思っていたら、試食で炒飯が出てきました！

大皿でそれはそれは良い匂い♪

炒飯好きの私が皿を覗き込むと真っつつ黒な・・・何かが！（笑）

さて今回は、この真っ黒な「何か」についてのお話しです('ω')

## ■ 黒米は機能性の宝庫

この真っ黒な何かの正体は…黒米！

黒米は、読んで字の如し「黒いお米」で形状はお米と同じですが、表面だけが黒い色をしています。この黒い色は「アントシアニン」という天然色素によるもので赤ワインと同じポリフェノールの一種です。視力改善、眼精疲労への対策としても効果的と言われておりその他にも体の老化を防ぐ抗酸化作用、皮膚の弾力を保つコラーゲンを安定させるといった働きもあると言われています。

この天然色素の働きもあって白米に混ぜて炊くと天然色素が浸透して赤飯のような紫色になります。（ちなみに酢を混ぜるとピンク色にもなってしまいます♪）

今回の試食が真っ黒だったのは

そう…「黒米 100%ごはん」を使った炒飯だったからなのです！

## ※豆知識※

真っ黒な料理として「イカ墨」がありますが、イカ墨は鮮度が命！

古くなってしまうと生臭さが出てしまうためお店にとっても鮮度管理のリスクがあります。

黒米はお米で、さらに皮付きなのでそのような心配も無用です♪

さて、黒米 100%炒飯。

最初は見た目に度肝を抜かれましたが、でも、迫力があって、ツヤツヤしてて

そして何より…インスタ映え間違いなし(\*▽\*)

…しかし、私たち雑穀屋さんは知っているのです。黒米は、いわば精白していない「玄米」。

吸水しにくいので黒米 100%で炊くとモサモサしたり、固かったり…。

ちなみに黒米は精米するとタダのもち米に成り下がってしまいます(´・ω・´)  
この炒飯も皮の残る感じがするんだろなあと諦め半分で食べてみると…

あれ？

ぷちっとした食感に残しつつも玄米特有の「皮が口の中に残る感覚」が無い！

とっても食べやすいではありませんか！

このド迫力の見た目、この食べやすさ…。

さては、この黒米…ただの黒米じゃないな(;´・`д・´)

#### ■ ただの黒米じゃない…その秘密は？

前述したように一般的な黒米は、精白していない玄米の状態。

玄米ということは粒の表面にしっかり皮が付いている。

↓

皮が付いているということは水を吸いにくい。

↓

水を吸いにくいということは、ふっくら炊き上がりにくい。

↓

よって・・・おいしくない(;\_;)~~~~

つまり、見た目の面白さや機能性の観点から「使ってみよう！」と思っても  
おいしく炊き上がらない…とか水を吸わせるのに時間がかかる…といった問題点があり  
なかなか飲食店やレストランなどでもご採用に至らないことも多々ありました。

しかし、食べにくい雑穀を食べやすい形にして普及させ、皆様の健康にお役立ちすることが  
私たちの使命ですから黒米の機能性や色みを保ちつつ炊きやすく食べやすくする。  
その特殊加工がようやく日の目を見ることになりそうです！

その名も「グレインカット加工！」

穀物表面の薄い層を削ることで、吸水効率を上げ炊きやすさ、炊飯後の食べやすさが格段  
にアップしました！

とはいえ、精米しているわけではないので機能性は全粒穀物のまま。

身体に良いものでも、食べやすくないと続けられないですからね。

今回ご紹介の黒米以外にもち玄米、もち麦、オーツ麦、ライ麦もグレインカット加工シリ  
ーズとして商品になります。

■ 新感覚の黒米を食べてみよう！

さて、新登場グレインカット黒米。

どこで食べれば良いのか。

皆様、2月14～16日のご予定はいかがですか？

千葉県・幕張メッセにて「スーパーマーケットトレードショー2018」に

私たちも出展しています。

当社ブースにて「真っ黒な何か」ことグレインカット黒米の試食を予定しております。

浸漬時間が短くなり炊き上がりもぷちぷちおいしく、そしてインスタ映えするとなれば  
飲食店やレストランなどで女性向けメニュー開発にお役立ちできると自信を持ってお届け  
します！

グレインカットシリーズ以外にも「20歳若く見える医師」こと南雲吉則先生監修の  
雑穀玄米を使用した玄米クラッカーの試食、玄米甘酒の試飲、フリーズドライ玄米甘酒  
とヨーグルトの試食も行う予定です。ぜひライスアイランドブースへお越しください！

それでは、まだまだ寒い日が続きますが体調管理に気を付けて頑張っていきましょう♪

配信元 株式会社ライスアイランド <http://www.riceisland.co.jp/>