

アレルギーフリーのそば？黒米麺

みなさん、こんにちは！

穀物繊維をテーマに雑穀・大麦・シリアルを提案しています
ライスアイランドメールマガジン♪

2018年も残すところ半月。年末に向けて公私共に忙しい方が多いことと思います。
さて、年末に食べるものといえば「年越しそば」。
そこで今回は「麺」についてお話していきます♪

■ 健康麺市場は、より活発に。

麺は国内外を問わず古くから親しまれてきた主食ですが、その大半は主原料が小麦粉であることから近年の「糖質制限ブーム」を受けて敬遠されがちです。

しかし、その需要の変化に合わせて飲食店チェーンや食品メーカーなど各社から趣向を凝らした「健康志向の麺」が登場しています。

大手ラーメンチェーン「一風堂」は新業態「1/2PPUDO」を展開中。

2016年の新宿を皮切りに今年10月には八王子と立川に新店舗をオープンしました。
およそ半分サイズのラーメンや糖質量が約半分の麺など新たな需要を生み出しているようです。

また「林修の今でしょ！講座～3時間SP～」(テレビ朝日系列/12月11日放送)では蕎麦に含まれる「レジスタンスターチ」の効果が紹介されました。

レジスタントスターチとは「消化されにくいデンプン」。

消化の遅い蕎麦を朝食に食べると腹持ちが良く昼食ドカ食い防止になります。

また、温かい蕎麦と冷たい蕎麦では冷たい蕎麦の方がレジスタントスターチが多く血糖値の上昇抑制には効果を発揮しやすいそうです。(飯田女子短期大学 教授)

■ 「おいしくて健康な麺」は存在する！

ヘルシー麺のひとつ「雑穀麺」は実は特に目新しいというわけでもなく全国各地のメーカーや飲食店にも存在します。

大麦や黒米など人気の高い雑穀を使った麺は商品化されており
岡山県倉敷市では「高きび麺」岩手県花巻市では「ひえ麺」が食べられる
飲食店もあります。ひえ麺はコシが効いて美味しかったですよ～♪

ヘルシー麺の代表格である蕎麦の最大の問題点はアレルギー。
高きび、ひえ、黒米など雑穀を使った麺を普及させていくことで「蕎麦アレルギー
の方でも楽しめる蕎麦を実現できないか…」という点も、将来的なミッションの一つです。

そもそも蕎麦は小麦粉とそば粉のミックス粉ですし「焼きそば」には、そば粉は
一切入っていませんから雑穀麺も広義では「そば」と言えるのかも知れません…。

製麺にオススメの原材料ご紹介！

★素材 黒米（うるち種）

500g タイプ、5kg タイプございます。

もち種に比べて希少なうるち種の黒米ですが、製麺、寿司米、米菓（せんべい）
としての適性は「◎」※もちろん「もち種」もございます！



スーパーマーケットトレードショー2019に出展します！

2019年2月13日（水）～15日（金）@幕張メッセ

出展ブース番号【7-208】

<http://www.smts.jp/>



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