



実りの秋 いばらきの「おいしいお米」特集

全国屈指の米どころ茨城のお米が、今年も豊かに実りました。さらにおいしく味わっていただくために、作られているお米の秘密や上手な炊き方をご紹介します。

一口メモ ●コシヒカリとは？ コシヒカリは、昭和31（1956）年に福井県農業試験場で誕生しました。名前の由来は、越（こし）の国に光り輝くという意味からです。（越の国とは、今の新潟県から福井県の地域のこと）。県内全域で生産され、水稲作付の約80%を占めています。



自慢の水田を説明する大久保憲治さん

豊かな自然環境に恵まれ、気候も温暖な茨城は、常世の国とも言われ古くから稲作が盛んです。米づくりの歴史は現在に受け継がれ、コシヒカリの生産では新潟県に次ぐ全国第二位の産地となっています。

コシヒカリは適度な粘りがあり、食味の良い品種です。特に茨城のコシヒカリがおいしいのは、生産者の皆さんが土づくりや栽培方法にこだわり、高品質米を生産しているからです。

○日本一に選ばれた大子のコシヒカリ
大子町で約十三ヘクタールの水田を手がける大久保憲治さん（大久保農園）のお米は、平成十七年度の「お米日本一コンテスト」で最優秀賞に輝きました。米づくりの特色は、米ぬかベースの有機肥料。「米づくりは土地が一番大事。栽培に適した大子のコシヒカリは、魚沼産にも負けない」と大久保さん。名人のコシヒカリは、今年も豊作に恵まれました。

いばらきのおいしいお米を召し上げれ



きゅう舎の敷きわらを活用して、堆肥が作られます

県内各地で、従来よりもおいしさ（二定基準以上の食味）や安全・安心（減農薬・減化学肥料）などにより、こだわりをもって生産に取り組む産地が増加してきました。現在二十八産地が「地域オリジナル米」と称する。こだわりのお米を生産しています。

稲敷郡美浦村のJA茨城かすみ特別栽培米研究会の生産者二十七人が情熱を注いで誕生させた「美浦そだち」も、地域オリジナル米の一つです。

日本中央競馬会美浦トレーニングセンターのきゅう舎から出る敷きわらから作った完熟堆肥を投与して栽培したのが「美浦そだち」です。農薬を極力使わないで育てた安全・安心なおいしいコシヒカリは、「まさに、うまさ駆け抜ける味わい」と、会長の宮本俊さんは話していました。

おいしさや安全にこだわったコシヒカリ「美浦そだち」



お米を洗う中川一恵先生

「今のお米は、とくとというよりも洗うという感じで十分です。一回目は手早く洗って、米ぬかの臭いをお米が吸収しないように水を捨てます。炊きあがったご飯は、お釜から出しておひつなどに移した方が、おいしくいただけます。残ったご飯は、小分けにして冷凍保存してください」

＜中川先生のポイント＞

- ①米を洗う（お釜ではなく、ザルで）
- ②浸水（夏場は三十分、冬場は一〜二時間）
- ③炊く（土鍋の場合は沸騰まで強火にし、一分間沸騰させたら中火で六〜七分、弱火で十二〜十三分炊く）
- ④蒸らし（十〜十五分間。電気釜の場合は、蒸らしまで自動）
- ⑤まぜる（全体をまぜて、空気を入れてふっくらとさせる）


おいしいお米の炊き方入門



茨城のコシヒカリをおいしく食べていただくために、お米の上手な炊き方を、中川学園調理技術専門学校の中川一恵先生に伺いました。


＜お米の炊き方＞（三分合）

A 奥久慈の恵み うまかつぺ
久慈川の清流と山々の澄んだ空気がはぐくんだ厳選コシヒカリ。米職人たちが化学肥料と農薬の使用量を半分以下に減らして丁寧に栽培しました。厳しい品質基準をクリアしているので、安心・安全は折り紙付きです。




☎ JA茨城みどり ☎0295 (52) 4514

B みずほちゃん
茨城県北部の山林から流れ出すミネラル豊富な水を利用し、「土づくり・減農薬・減化学肥料」の3つの技術に一体的に取り組み、安全・安心なお米を生産しています。穀物検定協会による食味などの分析結果を公表しています。




☎ JA茨城みずほ ☎0294 (76) 2222

C かさまのう米
古くから品質の良い米が生産されている笠間市を中心に「かさまのう米」の名称で販売しています。他の地域を上回る2.0mmの網目で調整した大粒のコシヒカリで、食味値の基準も設けているのでおいしさも保証付きです。



☎ JA茨城中央 ☎0296 (74) 4712

D 筑波北条米（特別栽培米）
筑波山ろく、産地限定のコシヒカリ。ふわるとした弾力と粘り、かみ締めるほどに深い甘味、冷めるとさらに際立つうま味が特徴。筑波山の霊水、豊富なミネラルを含んだ土、冬温暖で夏涼しい気候が生んだ極上の逸品です。




☎ JAつくば市 ☎029 (857) 3114

茨城の誇る地域オリジナル米




「地域オリジナル米」の中から8銘柄のこだわりをご紹介します。

E めぐみちゃん
「天の恵み、自然の恵み」という由来で名付けられました。沖積土壌の肥よくな水田地帯で、有機質50%以上の肥料を使用し、農薬は慣行の半分以下に抑えて栽培。さわやかな香りと甘味のある、おいしいコシヒカリです。




☎ JA常総ひかり ☎0297 (22) 0656

F うまさ駆け抜ける「美浦そだち」
霞ヶ浦の湖畔、水郷の豊かな水と肥よくな大地、米づくりにかける農家の情熱で育てられた質の高いお米です。うまさ駆け抜けるおいしさコシヒカリを、サラブレッドにかける夢とともにお届けします。




☎ JA茨城かすみ ☎029 (885) 0125

G 潮来あやめちゃん
潮来花嫁さんで知られる、水郷国定公園内の温暖な地帯で生産されているコシヒカリ。健康な土づくりを行い、減農薬・減化学肥料にこだわり、収穫量を抑えて食味を重視し栽培しています。



☎ JAなめがた ☎0299 (80) 1230

H おかずのいらないかわちのお米
利根川流域の豊かな大地と温暖な気候のもと、安全・安心はもちろん、食味にとことんこだわりました。土壌を元気にするオリジナル資材を使用、減農薬で育てたコシヒカリは、まさにおかずのいらないほどのおいしさです。



☎ (株)ふるさとかわち ☎0297 (60) 4158

☎ 県農産課 ☎029 (301) 3921 FAX029 (301) 3939 詳しくは 茨城県農産課 検索

ハッスル黄門の全国漫遊記 in 太秦


去る七月二十日、技能五輪・アピリンピックいばらき大会一〇〇九のマスケットとして活躍中のハッスル黄門が、京都太秦を訪れ、水戸黄門役の里見浩太朗さんとの初対面を果たしました。

ハッスル黄門は緊張しながらも元氣な姿で、テレビ「水戸黄門」出演者を激励し、県産のメロン、コシヒカリ、常陸牛をプレゼント。本県の魅力を全身でアピールしました。

里見さんからは「愛嬌があつていいね。暑いですが頑張ってください」と、温かい言葉を頂きました。また、西山荘や、テレビ「水戸黄門」を通じて伝えたい家族愛や道徳心のことでも話してください、貴重な機会となりました。

この京都訪問を皮切りに、全国漫遊いばらきPR事業として、ハッスル黄門が県のさまざまな魅力をPRしながら全国を回る漫遊の旅に出ますので、皆さんも応援してください。

☎ 県企画課 ☎029 (301) 25222
☎029 (301) 25223
☎029 (301) 25224



黄門様と助さん格さんに囲まれて大満足!