

令和5年産のお米は白い粒が多い！？

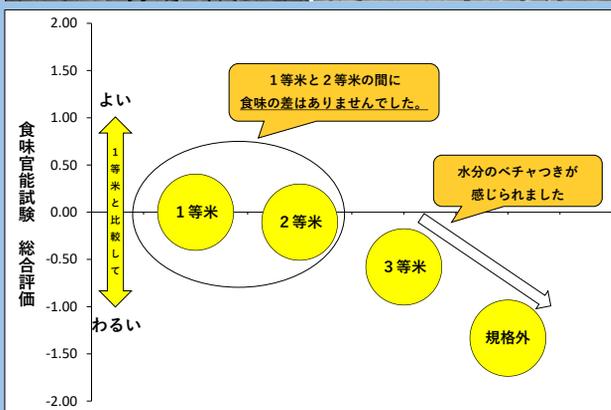
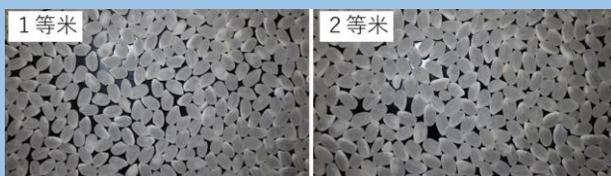
炊飯方法の工夫でいつもと変わらないおいしさに

- 令和5年の茨城の7～8月の気温は、観測史上最も高くなり、作物への高温の影響が全県的に見られました。
- お米は、穂が出る時期に高温が続くと白く濁った粒が多くなり、**炊飯すると柔らかくなりすぎる**ことがあります。
- 白いお米が多いと感じたら、**炊飯方法を工夫する**ことでいつもと変わらずおいしく食べることができます！



①食味試験の結果

- お米は見た目では**1等・2等・3等・規格外**に格付けされます。
- 試験では、等級の低いお米ほど白く濁った粒が多い条件で実施しました。
- **1等と2等では、食味に差はなく**、3等以下では柔らかくなりすぎる傾向になりました。



産地振興課調べ
(関係機関20名による食味試験結果)



②炊飯試験の結果

- 1等と加水量を減らした規格外でおいしく食べられるか食味試験を実施しました。
- その結果、**1等と規格外の食味に大きな差はありません**でした。



おいしいと感じた方に、おせんを貝あてして下さい。

規格外	どうらも同じ	1等米
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
11	11	11
12	12	12
13	13	13
14	14	14
15	15	15
16	16	16
17	17	17
18	18	18
19	19	19
20	20	20

産地振興課調べ
(職員26名による食味試験結果)



③お米の食味のプロの意見 (1等米と2等米の食べ比べ)

○ 大手米穀販売業者

- ・店頭に並ぶ商品は1等米と2等米がブレンドされているものが多い
- ・白いお米の混入で味は大きく変わらないが、多いとビチャ感が出やすい

○ 県内ホテル 料理人

- ・1等の方が味のバランス良い
- ・香りは2等米の方が好み

○ 都内米穀店 店主 (5ツ星お米マイスター)

- ・うまみ、甘みは変わらない
- ・粒感やくずれには差はある。2等はベチャつきがある。

○ 大手炊飯器メーカー 開発担当者

- ・味は2等米がダメというほどではない
- ・食感でパサつきの差を感じた

家庭用炊飯器での炊飯方法のポイント



- ・優しく洗米する
- ・加水量を減らして炊飯する
(5合炊き炊飯器で、目盛り線1本分の太さ(約30g程度))
- ・30分程度浸漬した後、早炊きモードで炊飯する

どちらか片方でOK

食味に関するQ&A



Q1. いつも食べるお米の等級はどれくらいですか？

A1. 平年は1等がほとんどです。本年は1等～2等の間のものが多いと思われます。

Q2. 購入する時に等級は確認できますか？

A2. 等級とは取引・流通段階の評価基準であるためラベルには表記されていません。また、あくまで見た目の評価であるため、味を直接評価するものではありません。

Q3. 炊飯したお米がいつもより柔らかく感じる気がしますが？

A3. 「30分程度浸漬した後、早炊きモードでの炊飯」や「通常より加水量を減らす」ことでおいしく食べることができます。

お問い合わせ

茨城県農林水産部 産地振興課
〒310-8555 茨城県水戸市笠原町978-6
☎029-301-3921



(産地振興課HP)