

人気のきな粉が再登場！

特別栽培 山形県川西町産 ベに大豆きな粉

夏季の期間「紅大豆きな粉」の製造を一時休止しておりましたが、9月中旬以降より順次製造・販売を再開することとなりましたので、ご案内いたします。尚、一般の小売商品に加え**業務用1kgの取扱いを開始予定**です。きな粉は、くずもち、ワラビもち、くず切り、ヨーグルト乗せ、牛乳や豆乳に混ぜる、トーストにハチミツきな粉乗せ等いろいろとご利用ください。



商品名	内容量	入数	価格	賞味
山形県川西町産 ベに大豆きな粉	100g	20	200円	9ヶ月

話題の商品をご紹介します！

今月はブラウンシュガーファースト社の4品をご紹介します

<http://www.bs1st.com/>

有機アップルソース(オーガニック煮つぶしいんご) 113g×4カップ

有機リンゴをそのまま煮つぶしたアップルソースが新登場です！アメリカやヨーロッパのスーパーでは、**必ず売っている人気の食品(おやつ)**「煮つぶしいんごペースト」です。子供のランチにサンドイッチと一緒にリュックに入れて持たせる定番おやつ。冷やして食べると好評！

商品名	内容量	入数	価格	賞味
有機アップルソース	113g×4カップ	18	680円	14ヶ月

アップルソースの
バナナパンケーキ



有機ジンジャーエール (180ml)

白砂糖不使用のジンジャーエールです。甘みには、低GI (31) のアガベシロップを使用。清流で有名な高知・四万十町の有機生姜の豊かな香りを楽しんでいただくため、**スパイスを添加していないシンプルレシピ**。後味もベタつかずスッキリしており、お食事のお供にもどうぞ。冷やしてはもちろん、常温でも美味しく召し上がっていただけます。

商品名	内容量	入数	価格	賞味
有機ジンジャーエール	180ml	20	400円	10ヶ月

有機レモンスカッシュ (180ml)

白砂糖不使用のレモンスカッシュです。甘みには、低GI (35) のアガベシロップを使用。シチリアのオーガニックレモンの**ストレート果汁を贅沢に配合している**ので、しっかりレモンを感じるフレッシュな味わい。後味もベタつかずスッキリ。冷やしてはもちろん、常温でも美味しく召し上がっていただけます。

商品名	内容量	入数	価格	賞味
有機レモンスカッシュ	180ml	20	400円	10ヶ月



アガベシロップ3種

1. PURE agave 2. LEMON agave 3. GINGER agave

アガベシロップの特徴は、お砂糖より甘く、低GI

- PURE agaveは
ブルーアガベシロップ100%蜂蜜のように使ってOK
- LEMON agaveは
シチリアのストレートレモン果汁を贅沢に加えたレモンシロップ
- GINGER agaveは
高知県四万十町の有機生姜を加えたショウガシロップ

商品名	内容量	入数	価格	賞味
アガベシロップ(PURE)	420g	12	1,500円	12ヶ月
アガベシロップ(LEMON)	370g	12	1,800円	10ヶ月
アガベシロップ(GINGER)	363g	12	1,800円	10ヶ月



今、話題の



ココナッツオイルの
レシピ本が出版された



宝島社 880円

新製品

使い切り
有機エキストラ
ココナッツオイル
80g ポーション
パック登場



Q&A

ココナッツオイルを食べる量は各個人の体調や状況にもよりますが、健康向上やアルツハイマー病予防なら、1日大さじ2を目安にお料理やドリンクなど1日少しずつ分けながらご使用頂くと、日々の生活に無理なく美味しく取り入れていただけたと思います。体調に合わせて量を調節してください。

風と光のバックヤード記

「風と光」は会社創業5年目にして、ようやく皆様に弊社取扱商品の販売にお役に立てる情報として「風と光だより」創刊しお届け出来ることになりました。ご満足頂ける情報をお届け出来るかどうかの試行錯誤でのスタートです。食品業界はまだ日が浅い新参の編集者ですので、皆様からの声援が頼りです。「こんな資料無いのか？」等ご不明な点やご意見を 電話もしくは info@kazetohikari.jp へご連絡下さい。 担当:下坂誠治(しもさか) KH140901C

山形県置賜郡川西町

山形県東置賜郡川西町という地には、約20年前より弊社が実験農場と呼んでいる、約一町歩の畑があります。「個人に故郷があるように、企業にも故郷があっても良い」という考えから、弊社は東北のこの地に故郷を持っています。今年はこの畑で、地元の農家の方々の協力のもと、タカキビを育てています。弊社では、同じ川西町のおばあちゃんたちが古くから大切に受け継いできた特産の「べに大豆」で、甘納豆と焙煎大豆そしてきな粉を販売しています。

※ 業務用に紅大豆(べにだいず)の「生豆」もご用意していますので、ご希望の方はご連絡下さい。

山形県川西町産 べに大豆うす甘納豆



紅大豆の紅色の果皮にはポリフェノールの一種アントシアニンが含まれております。丹精込めて作った、もっちりとした独特の風味と甘さ控えめのおいしさをお楽しみ下さい。砂糖は喜界島粗糖を使用。弊社のオーガニック食パンミックス粉の具にも最適です！

商品名	内容量	入数	価格	賞味
山形県川西町産 べに大豆うす甘納豆	130g	30	380円	4ヶ月



山形県川西町産 焙煎べに大豆



紅大豆(べにだいず)を焙煎しました。紅大豆の紅色の果皮にはポリフェノールの一種アントシアニンが含まれております。オホーツク海の自然塩を使用。

商品名	内容量	入数	価格	賞味
山形県川西町産 焙煎べに大豆	100g	30	360円	6ヶ月



山形県川西町産 べに大豆きな粉



きな粉は、くずもち、ワラビもち、くず切り、ヨーグルト乗せ、牛乳や豆乳に混ぜる、トーストにハチミツきな粉乗せ等いろいろとご利用ください。

商品名	内容量	入数	価格	賞味
山形県川西町産 べに大豆きな粉	100g	20	200円	9ヶ月



おすすめレシピ

焙煎べに大豆の炊き込みご飯

- 材料
焙煎べに大豆(100g) 1袋
お米 3合
だし昆布 8cm
塩 小さじ1杯
お酒 大さじ2杯



- 1) 米を洗い、炊飯器に米を入れて普通に3合の目盛りまで水を入れる。この時時間があれば30分位浸水させると良い
- 2) (1)に酒と塩を入れて軽く混ぜ紅大豆を投入
- 3) 炊飯器のスイッチオン♪ 炊けたらこんぶをとり出し、かるく混ぜる



ポイント
お酒を入れると
ふっくら仕上がります

べに大豆ごはん
おにぎりに挑戦→

べに大豆のきな粉ペースト

- 材料
べに大豆きな粉 30g
ココナッツシュガー 50g
有機ショートニング 10g
薄力粉 5g
豆乳 60g

- 1) 材料を全て耐熱ボウルに入れ泡だて器で軽く混ぜ、電子レンジで1分
- 2) スプーンでかき混ぜれば出来上がり
硬さは豆乳の量で加減してください
トーストに塗ってもグー！
残りは冷蔵庫で保管



実験農場のタカキビ



山形県川西町にある弊社実験農場は、今年初めてタカキビを栽培しました。7月上旬に地元固定種を播種(はしゅ)しましたが背が伸びて高いものは2mを超えました。ここまで来ると雑草に影を作られることもなく、熊、鹿、タヌキも手が届かずまず安心です。近所のお菓子屋さんで養蜂もされている方がミツバチを置かせて欲しいとのご希望で畑の片隅に巣箱を。タカキビは花粉が豊富らしくミツバチは至って元気。これで有機タカキビ蜂蜜が舐められる楽しみが増えました。タカキビと蜂蜜でお菓子やお餅はどうだろうか？収穫は10月下旬ですが、待ち遠しい！
(弊社代表 社のブログより)



ミツバチの箱

生産者の思いと技を受け継ぎ、山形県の食の豊かさ・食文化の奥深さを知る

山形県川西町産べに大豆 誕生物語

山形県置賜（おきたま）地域東側に位置する川西町。ここでは昔から、在来種の赤い大豆を煮豆にして食されてきました。大量に作られていたわけではなく、自家用として畑の横で細々と作り続けられ、種が守られてきました。この赤豆が多くの人に知られるきっかけとなったのは、平成14年に開催された「大豆料理コンテスト」。ここでおばあちゃんが出品した「赤豆の煮豆」が、審査員を務めた山形市の老舗豆腐店社長の目にとまり、山形県をイメージする「紅花」から「紅大豆」と命名され、平成15年から生産販売を開始することになったのです。平成18年には「川西町紅大豆生産研究会」が発足し、良質な紅大豆生産基盤の確立を図りながら「紅大豆のまち・川西町」は、弊社と強い繋がりを結びながら協力しあい、皆様の元へ商品をお届けしています。

紅大豆は「金時豆」や「小豆」ではありません。赤い色をしています、れっきとした大豆です。



山形県東置賜郡川西町（おきたまぐんかわにしまち）
<http://www.town.kawanishi.yamagata.jp/>

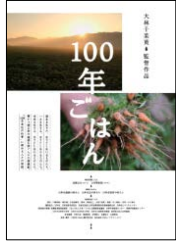


原田町長と弊社代表の辻

●映画「100年ごはん」上映準備委員会（12月20日上映決定！）

弊社実験農場がある山形県川西町も有機栽培農家はいますが、組織化をもっと有機栽培を普及させたい思いが原田町長にはありました。そのような状況下で、大林千菜英（おおばやしちぐみ）監督作品、映画「100年ごはん」の話をしたら原田町長は上映に大乗り気。そこで実行委員に試写会と私のオーガニック物語をしました。その後の総括会議にて上映が決定しました。これから実行委員が上映会の詳細を詰めることになりませんが、委員からは「知りたいことが学べた」「実話なので大変参考になった」「総花的内容でなく問題点も捉えている」終了後、原田町長や実行委員会と飲めないお酒で乾杯を。千菜英さん、よろしくお願ひいたします。（弊社代表のブログより）

「映画100年ごはん」は、大分県臼杵市がオーガニックの町になるまでの過程の4年間を現地で撮影したドキュメンタリー映画。現在多くの地域でオーガニック化の成功例として上映会が進行中。私も喜界島や沖縄の上映会を応援中です。監督は大林宣彦監督のお嬢様、大林千菜英さんと、私の友人でもあります。



●100年ごはん
100nengohan.com

秋の新商品

理想的な甘味料として注目！

低GI値（食後血糖値上昇指数）天然甘味料

オーガニック アガベスウィート

原料はメキシコ合衆国ハリスコ州で栽培された植物「竜舌蘭科アガベ属ブルーアガベ」



一般的な甘味料はGI値（ジーアイ値）が高いのに対して、アガベスウィートは血糖値上昇指数が26とリンゴ（39）やグレープフルーツ（31）よりも低く、適度に穏やかに血糖値をあげることから、理想的な甘味料として注目されています。また砂糖の1.2倍の甘さがあることから使用量が25%ほど少なく済みカロリーも控えられ、**現代の健康志向を重視したライフスタイルに適した甘味料として、様々な分野で注目されています。**クセの無い、すっきりとした甘さなので、食べ物、飲み物など素材を問わず簡単に取り入れることができます。日常の食生活に砂糖に置き換えて広くご活用ください。アガベは、メキシコのテキーラの原料として有名ですが、その中央部の株を原料としています。

商品名	内容量	入数	賞味
オーガニックアガベスウィーツ	200g	20	12ヶ月

ところで『GI値』って何？

食後血糖値上昇指数のことを指し Glycemic Indexの略称です。食品の炭水化物50gを食べた後の血糖値を測定した値で、ブドウ糖を100とした相対値のことです。アメリカでは、GI値 55以下の食品を低GI食品として定義して栄養指導しています。同じカロリーでも、低GI値の食品を選んで食べることで、血糖値の過剰な上昇と、インスリンの過剰な分泌を抑えて、**糖尿病や肥満になりにくい健康的な食生活に役立ちます。**

※弊社取扱いのココナッツシュガーも低GI値の天然甘味料です。

食品	GI値
白砂糖	110
はちみつ	88
メープルシロップ	73
ココナッツシュガー	35
アガベスィート	26



有機ココナッツシュガー
200g 760円 入数15

風と光のバックヤード記

先月より「風と光だより」を創刊しましたが、皆様からのお問合せをいただきありがとうございました。今月は弊社とゆかりの深い山形県にある川西町を中心にご紹介させていただきました。国内でも珍しい紅色の大豆、この大豆を使ってお豆腐を作るとうっすら紅色のお豆腐が出来上がり、普通のお豆腐と合わせて紅白豆腐として縁起の良い席に出されたそうです。焙煎べに大豆の炊き込みご飯は、我が家の子供たちにも大好評！川西町にはべに大豆を使った料理を出すお店もありますので、お寄りの節はご賞味あれ。来月はもうひとつのふるさと喜界島の特集を予定していますので、ご期待下さい。秋の新商品も・・・

ご不明な点やご意見は、電話もしくは info@kazetohikari.jp へご連絡下さい。 担当:下坂誠治（しもさか）

鹿児島県喜界島（きかいじま）

鹿児島県奄美大島の北西部に位置する喜界島（きかいじま）、鹿児島から約380キロにあるサンゴ礁の美しい、自然に抱かれた小さな離島です。「日本で最も美しい村」に認定された魅力あふれる鹿児島県の喜界島。喜界島は世界で初めての「オーガニックアイランド」を目指しており、離島の環境維持と生活向上を兼ねた、島おこし活動を目的としております。島に若い人々が戻ってきてくれ、活気がみなぎることも島おこしの大きな目的です。喜界島は、弊社代表の辻が第二のふるさととしている島でもあります。

● 喜界島産 特別栽培 いりごま(白) 30g ● 喜界島産 特別栽培 すりごま(白) 30g

白ゴマは驚異のパワー持つ食材

特別栽培の白ごまを100%使用しています。ごまは島の青年、杉俣紘二郎さんと仲間たちで栽培され、それを喜界島の生活研究グループ「結いグループ喜界島」の皆さんが丹念に手作りしたごまです。特別栽培は、栽培期間中に農薬と化学肥料の使用量を一般慣行栽培の1/2以下にしたものです。

商品名	内容量	入数	価格	賞味
喜界島産特別栽培 いりごま(白)/ すりごま(白)	30g	30	410円	180日



国産のゴマは0.1%以下

日本で消費される99.9%は輸入品のゴマです。純国産のゴマは貴重で、国内で生産されるゴマの98%はこの喜界島産のゴマなのです。ゴマは香りが命と言われていますが、喜界島のゴマは、その**香りの良さは天下一品**との評価で隆起サンゴ礁のアルカリ土壌で育ったため多くのミネラルを含んでいるのが特徴です。ごま特有の成分「リグナン」はセサミンとしても知られ、唯一肝臓に直接効く抗酸化物質で、肝機能改善や老化防止さらに美肌、ダイエットなどに効果的と言われ注目されている食材です。

● 喜界島 さとうきび粗糖 ● 喜界島 さとうきび粗糖スタンドパック

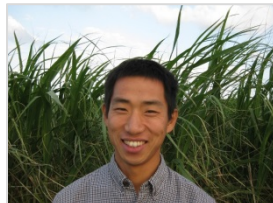
隆起珊瑚礁の島・喜界島。アルカリ土壌で栽培されたさとうきびのお砂糖はミネラルも多く、「こく」と「うま味」があり、煮物などにお使いいただければ、「味醂要らず」というほどの美味しさです。あらゆる料理のほか、コーヒー、紅茶に良く合います。一度喜界島の砂糖を使うと次は指名買いです。

商品名	内容量	入数	価格
喜界島産さとうきび粗糖	500g	20	330円
喜界島産さとうきび粗糖スタンドパック	250g	20	220円



杉俣紘二郎 作

● 喜界島黒糖（粉末）特別栽培



杉俣紘二郎さん

商品名	内容量	入数	価格
喜界島黒糖（粉末）特別栽培	110g	20	380円
喜界島黒糖（かち割り）特別栽培	110g	20	380円

● 喜界島黒糖（かち割り）特別栽培



喜界島はゴマと並んで、江戸時代から良質の黒糖の産地として有名です。「日本で最も美しい村」に認定された喜界島産の特別栽培サトウキビで作った黒糖です。杉俣さんが作る黒糖は淡白で上品なコクがあり、色も白いことから「和삼盆」に似ていると言われています。

喜界島の粗糖は指名買い

喜界島

「オーガニックアイランド喜界島」計画（島全体を有機に！）

日本で美しい村 誕生物語 鹿児島市から380キロ南に位置する喜界島



2009年10月
「日本で最も美しい村」
に承認される

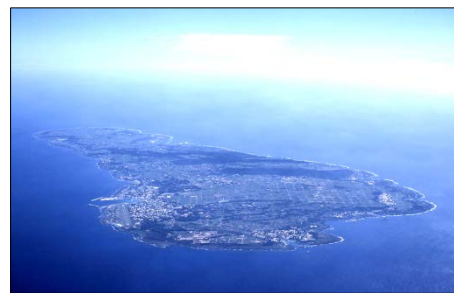


喜界島は鹿児島県の奄美群島に属し、鹿児島市から南へ約380km、奄美大島から約25kmの太平洋上に位置する**隆起サンゴ礁の島**です。現在も年平均約2mmの速度で隆起しており、その隆起スピードは**世界トップクラスで地質学的にも世界的に有名な島**です。島の周囲48.6km、面積56.94km²の小さな島で、険しい山や河川はなく、中央部には段丘が広がり、一番高いところでも標高は211mしかなく、平坦な島です。主な産業はサトウキビを中心とした農業です。

● 隆起サンゴの豊かな自然と農業景観

隆起サンゴ礁が作り出したアルカリ性土壌の台地には青々としたサトウキビ畑が広がり、完全無農薬栽培のソラマメや**白ゴマ**等が栽培されています。梅雨明け以降は台風襲来時を除き渇水期になりますが、地下に150万tの水をたたえる「**地下ダム**」が整備され、広大な畑地帯を潤しています。また島内にはガジュマルやソテツなどの巨木があり、付近を北限とするオオゴマダラ蝶が生息しています。

(参考:「日本で最も美しい村」連合 HP より) <http://www.utsukushii-mura.jp/>



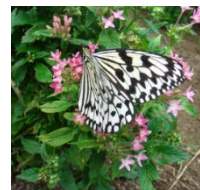
鹿児島県大島町喜界島（おおしままちきかいじま）

<http://www.town.kikai.lg.jp/>

東京から飛行機で約3時間15分

喜界島観光物産協会

<http://kikaijima-kankou.com/>



オオゴマダラ蝶



地図引用: 喜界島第一ホテル
<http://www.ama2.jp/daiichi/>

喜界島（きかいじま）は、弊社の第二のふるさとでもあり、代表の辻が「日本で最も美しい村」実現のため奔走しました。次に目指すは「オーガニックアイランド」外部から侵入も少ないという島の特性を生かし、島の環境と自然を永続させるため、世界で初めての島全体を有機の島にするという大胆な計画です。実現することにより付加価値の高い農産・水産・畜産物が生産でき、島の人の経済を豊かにすることが出来ます。生産した原料をできるだけ島内で加工することで、収益も雇用も増加し、全ての世代が島内で安定した生活を営むことができます。さらに喜界島の豊かな自然と環境を維持することで、それを楽しむ環境負荷のない未来型観光を創造することも可能となります。**皆様から応援を！！**

理想的な甘味料として使い勝手も注目！

11月発売決定！

オーガニック
アガベ スウィート

200g 920円 入数20

アガベと言えば「シロップ」を連想する方も多いと思いますが、日本では珍しい有機のアガベのパウダーです。シロップと違って紛体のため、お菓子やお料理に幅広く応用が利き、身体にやさしい理想的な甘味料です。

ココナッツ
シュガーの次は！



商品名	内容量	入数	賞味
オーガニックアガベスウィート	200g	20	12ヶ月

低GI値（食後血糖値上昇指数）天然甘味料

一般的な甘味料はGI値（ジーアイ値）が高いのに対して、アガベスウィートは血糖値上昇指数が26とリンゴ（39）やグレープフルーツ（31）よりも低く、適度に穏やかに血糖値をあげることから、理想的な甘味料として注目されています。また砂糖の1.2倍の甘さがあることから使用量が25%ほど少なく済み、血糖値が気になる方には特にお勧めです。

バックヤードから

「いちこうりでおねがいします?」「こうりって何?」、流通業界では、荷物の数え方に「3合1甲」（さんあいいちこうり）などと言う呼び方があり、「甲」の字で「こうり」と読むそうです。三つの箱を一つにした状態を言い、複数の箱を一つにまとめ送料を上げる工夫をすることを指します。「甲」は、荷物の単位の一つの「梱（こうり）」の当て字とされているので「3合1梱」と書く人もいます。ココナッツオイルブームは一向に収まらず、皆様には商品がお届けできず大変申し訳ございません。秋の新商品の噂もちらほら・・・、皆様がアツと驚くような商品群をご用意していますので、ご期待下さい。

ご不明な点やご意見は 電話もしくは info@kazetohikari.jp へご連絡下さい。

担当:下坂誠治（しもさか）

KH141101B

新製品

有機ヴァージン
ココナッツオイル



ブラウンシュガーファースト
320g 1,480円 入数12
原料:スリランカ産

在庫あります

BROWN SUGAR 1st.



2014年10月24日刊行
「ココナッツオイル生活を
はじめよう」COCONUT
OIL PERFECT BOOK
講談社 1,300円
著者 荻野みどり

★低カロリーで代謝が良い 話題のオイル★



著者の荻野さん

健康・太らない・美肌とミラクルオイル!
オイル活用して、女子力UPを目指しましょう!
「ココナッツオイル」は本屋さんでも話題のキーワードです、このブームの火付け役のブラウンシュガーファースト社の社長 荻野みどりさんの書籍が10月に出版されました。ココナッツオイルを利用したお料理から健康法等最新情報が満載! 話題のココナッツオイルを手に入れて、美しさに磨きをかけましょう!

このたび、ご要望をいただいております 小麦粉1kg入りを販売させていただきます！

その他の量目については
弊社営業までご相談ください。



国内産

● 国内産 有機 薄力粉 1kg 希望小売価格 650円/1kg袋 (税抜)



商品名	内容量	入数	賞味	価格	JAN
国内産有機薄力粉	1kg	6	6ヶ月	650円	4560342330563

製菓・天ぷら用として、国内産有機薄力粉をご用意しました。一般的な輸入小麦粉使用の粉よりグルテン含有量が若干多めなので、天ぷらの場合は冷やしながらかき混ぜるのがコツです。製菓の時は、こね過ぎないようにご注意ください。

国内産

● 国内産 有機 強力粉 1kg 希望小売価格 650円/1kg袋 (税抜)



商品名	内容量	入数	賞味	価格	JAN
国内産有機強力粉	1kg	6	6ヶ月	650円	4560342330570

製パン・製麺用として、国内産有機強力粉をご用意しました。一般的な輸入小麦粉使用の粉よりグルテン含有量が若干少なめなので製パン時は水分を少し控え、手早こねるのがコツです。

- 有機 薄力粉 1kg (北米産)
- 有機 強力粉 1kg (北米産)
- 有機 全粒粉 1kg 強カタイプ (北米産)

製菓・天ぷら用から製パン・製麺用まで、味はもちろんのこと品質重視の有機小麦粉をご用意しました。職人さんにも好評な北米産の小麦粉です。土づくりから一貫して農薬を使わない有機小麦が原料です。

希望小売価格 700円/1kg袋 (税抜)



商品名	内容量	入数	賞味	価格	JAN
有機薄力粉	1kg	6	6ヶ月	700円	4560342330587
有機強力粉	1kg	6	6ヶ月	700円	4560342330594
有機全粒粉	1kg	6	6ヶ月	700円	4560342330648

新製品

来月予定

有機ミューズリー



- 有機イチジククランチ
- 有機オートミール
- 有機シリアル
ハイファイバープレミアム
- 有機シリアル
ビオミューズリープレミアム

欧米の一流ホテルの朝食に必ず用意されているミューズリーは、ダイエット目的で食べている方も多いようです。ミューズリーは、グラノーラのような糖分のコーティングも無いためカロリーが低く、おまけに食物繊維が多いので、少量でも満腹感が得られて腹持ちもよく、朝食にはピッタリなのです。

話題の商品

プライムクィーン

便秘に悩む女子にお勧め！

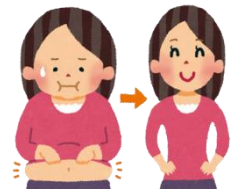


発酵梅

900円/個 (税抜)

梅、発酵、生薬、食物繊維の力で腸内をお掃除!!

ダイエットに最強
便秘気味
手足がむくむ
下腹がポッコリ
カラダが気だるい



●薄力粉、中力粉、強力粉の違いは？

★小麦選びのポイントは種類と等級

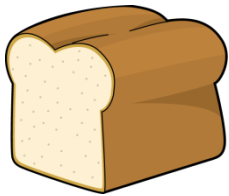
小麦粉の違いは何？ 一般的には薄力粉は天ぷらに、中力粉はうどんなどの麺類、強力粉はパンやお菓子などに使用されます。分類は、タイプ（種類）とグレード（等級）の2つの方法があります。この分類方法は、日本での業界独自の規格であり国が定めているものではありません。**種類は**、下記の表にあるようにタンパク質（主にグルテン量）の量の違いにより分類されます。量の違いが粘りの強さの違いとなります。**等級は**、灰分（かいぶん）値によって下記のように分類されます。



種類	薄力粉	中力粉	準強力粉	強力粉
タンパク質の量	6.5~8%	8~9%	9~11%	11~12%

等級	特等粉	1等粉	2等粉	3等粉	末等粉
灰分の量	0.3~0.35	0.35~0.45	0.45~0.65	0.7~1.0	1.2~2

小麦粉に含まれるタンパク質ですが10%程度に過ぎず、残りではでんぷん質です。うどん粉に使用中力粉は、このでんぷん質が食感や味を決める重要な役目をします。



特にパンづくりで小麦粉を選ぶには、タンパク質と灰分の量がポイントとなります。タンパク質の量が多ければ多いほど、キメの細かいパンになり、失敗のない良く膨らんだパンになります。また灰分は小麦の外側の皮に近い部分に多くあり、栄養価がとて高い部分なのですが、色が茶色いのと香りが強いので、多過ぎるとパンがやや茶色に仕上がります、香りも強くなります。もちろん美味しいパンを作るにはそれ以外にもたくさんの方が、パン作りの味を左右します。

●海外の小麦粉事情

外国で修業したパン職人やパティシエ達は、日本で入手出来る小麦粉の違いでベースとなる味の違いに戸惑うと言います。フランスでは、小麦粉を灰分量によって分けて、タイプを45,55,65,80,110,150という灰分が多いほど高い数字で表わします。ドイツでも灰分量によって分けていて405,550,812,830,1050,1600,1700という数字で表すタイプと、全粒粉があります。海外では食パンのようなグルテンの力を必要とするパンは少なく、あまり膨らまなくてもよい、いわゆる「フランスパン」型が主流です。日本が輸入している小麦の90%以上が米国からで、国産の小麦はわずか1%にも満たない量です。

小麦アレルギーって？

小麦は、鶏卵、牛乳と並んで“3大アレルゲン”のひとつです。小麦アレルギーの症状として、皮膚に出てくる症状と全身の症状があり蚊に刺されたような発疹やまぶたの腫れもあります。子供の場合、症状が重いと顔が人相が変わるほど腫れあがり、呼吸器にも症状が出て咳込み重篤な疾患につながる場合もあります。

★小麦アレルギーのお子様も家族と一緒にカレーを★



これでもカレールーベジタブル甘口（米粉使用）

小麦粉の代わりに米粉を使用したカレールーです。9つのスパイスと小麦粉を含めた23の食品を使用していません。特定のものを食べられない方も食べられる方も家族そろって美味しく食べて頂けるオール植物性カレーです。（5皿分）

530円（税抜）

●これでもカレールー誕生秘話
<http://kazetohikari.ecostyleblog.jp/article/13856290.html>

商品名	内容量	入数	賞味	JAN
これでもカレールーベジタブル甘口	160g	24	12ヶ月	4560342330129

バックヤードから

今月号は小麦粉をテーマにご紹介しましたが、日本では小麦粉の代替食品として米粉が目立っていますが、グルテンを含まないという意味では、ホワイトソルガムが各国で注目されています。ホワイトソルガムとはタカキビの一種で、アメリカでは「とうもろこし、大豆、小麦に続く『第4の穀物』』として、話題を集めている自然派作物だそうです。日本でなじみの粉物ですが「上新粉」と「だんご粉」と「白玉粉」の違いを知っていますか？「白玉粉」は、「寒ざらし粉」とも呼ばれもち米を原料としています。「だんご粉」は、うるち米ともち米を配合して、白玉粉よりコシの強い団子になります。「上新粉」は、うるち米が原料でもち米が入らない分、歯ごたえのあるお団子が出来ます。

ご不明な点やご意見は、電話もしくは info@kazetohikari.jp へご連絡下さい。 担当:下坂誠治（しもさか）

グルテンフリー食品って？

小麦アレルギーの主な主因であるグルテンを含まない食品を指します。欧米では多くの種類がありますが、国内では情報も含めまだまだ一般的ではありません。



グルテンフリー食品は健康志向の方もお勧め

小麦、卵、その他ナッツ類等の食品にアレルギーを持つ我が子、そして我が子と同じように食物アレルギーを持つ子供たちに夢のある素敵なお菓子&ごちそうを食べさせてあげたい。という思いからグルテンフリー・トリーツは始まりました。欧米では、アレルギーでない人でも健康のためにグルテンフリーの食生活を積極的にする人も増えてきています。栄養豊富な雑穀類を使ったグルテンフリー食品は健康志向の方にもおすすめです。

（出典：グルテンフリー・トリーツHPより）

●グルテンフリー・トリーツ
<http://www.glutenfreetreats.jp/>

グルテンフリー・トリーツの代表の村田さんの協力でグルテンフリーのミックス粉の発売を予定しています