

うまい米には

ワケがある

春

2024.04



「桃花、薫る」(山形県天童市寺津)

うまい米雑考 II

(2) うまい米の「お墨付き」食味ランキン

文・写真：谷藤 雄二

毎年2月末日、全国の主要米産地の生産者や流通関係者が注目し、その結果に「喜憂する」のが日本穀物検定協会から公表される米食味ランキング。食味ランキングは同協会が食味試験に基づいて行う良食味米の格付けである。複数産地のコシヒカリのブレンド米を基準として、「食味評価のエキスパート」と呼ばれる専門職員が官能試験で対象品種を比較評価する。炊飯米の外観、香り、味、硬さ、総合の6項目で基準米よりとくに良好と評価されたものが最高位の「特A」にランクされる。「特A」は良食味米のトップクラスのお墨付きでもある。

食味ランキングは日本穀物検定協会が昭和46年産米から良質米づくりの推進と米の消費拡大に役立てるため、道府県の代表的な産地品種の食味評価を行い、その結果を米の食味ランキングとして公表している。初めて最高位の格付け「特A」ランクが設定されたのが平成元年産からだ。この年の「特A」の産地品種数はわずか13、そのうち11が新潟県産などのコシヒカリであった。コシヒカリ独壇場の中でも、新潟魚沼産は価格面でも別格であった。その後、魚沼コシは28年連続「特A」を獲得する。

もちろん、他産地においても良食味米品種の開発への取り組みが急ピッチで進められ、秋田県で「あきたこまち」、宮城県で「ひとめぼれ」、山形県で「はえぬき」が誕生、特

Aを獲得する。さらには、やっかいどう米とまで揶揄されていた北海道で、「ななつほし」、「ゆめぴりか」が開発される。

魚沼産コシヒカリの牙城が崩れたのが平成29年産、猛暑による品質低下が加わりAランクに降格「マスコミは二斉に」「魚沼コシ特A陥落」と報じて。危機感をもった新潟県は産地一丸とあって返り咲きを目指し、翌年見事「特A」に輝く。

「特A」をめぐる同様のドラマは山形県産「はえぬき」でも展開される。「はえぬき」は平成6年産から28年産まで「特A」を魚沼産コシヒカリと共に22年連続で獲得していたが、29年産はAに格下げされたからである。「はえぬき」は山形県の米生産量の6割を占め、食味の良さと収量も多く作りやすさで県産米をリードしてきただけに格下げの衝撃は大きかった。しかしこの衝撃は、県産米にカツを入れ、「つや姫」「雪若丸」の開発へとつながり、全国の良食味米生産をリードするまでになった。「はえぬき」「特A」奪還をめざし令和2年産でリベンジを果たすものの、以後は残念ながらAランクに低迷している。

それでは令和5年産米の食味ランキング「特A」の産地品種を見てみよう。令和5年産の全国の産地銘柄品種数は928、うち、食味ランキングにエントリーしたのが144、その中で「特A」が43、「特A」の割合は全国の産地銘柄品種数の4.6%である。品種別の「特A」数



令和5年産
米の特Aランクの品種・県別内訳

品種	産地
ゆめぴりか	北海道
ななつぼし	北海道
はれわた	香森
銀河のしずく	岩手
あきたこまち	秋田
サキホコレ	秋田
つや姫	山形 島根 大分
雪若丸	山形
コシヒカリ	新潟 栃木 長野 岐阜 三重 兵庫
彩のきずな	埼玉
いちほまれ	福井
ミネアサヒ	愛知
	静岡 兵庫 鳥取
	島根 岡山 長崎
にこまる	静岡 岡山 愛媛
	高知 長崎
みずかがみ	滋賀
ヒノヒカリ	愛媛 大分
恋の予感	広島
おいでまい	香川
元気つくし	福岡
さがびより	佐賀
夢しずく	佐賀
森のくまさん	熊本
ひとめぼれ	大分
あきほなみ	鹿児島

は首位コシヒカリが7で全国特A産地のトップを占めるものの、かつての勢いはない。とくに、猛暑の影響を受けた地元新潟県は魚沼産のみである。次いで、暖地の西日本を産地とする「にこまる」が6、同じく「きぬむすめ」が6と続く。両品種は、高温耐性品種として東海を含む西日本で躍進中だ。

山形県が開発した「つや姫」は4産地、山形県村山・置賜産が特Aを14年連続、そして大分県、鳥取県産も特Aを確保した。「雪若丸」は山形県置賜で特A、本格デビューから6年連続の最高評価。一方、本県主力品種「はえぬき」は苦戦、特A復活戦に臨んだものの、庄内産「はえぬき」は記録的な高温で白未熟粒が多く、炊飯後の食感が軟らかく、Aランクの厳しい評価に涙をのんだ。

5年産の食味ランキングには猛暑が大きな影響を与えた。災害級とも呼ばれた作夏の高温の影響を強く受けた日本海側を中心とする東日本の産地が軒並みに格下げされたのに対し、西日本の産地が評価を高め、西高東低がくつきり表れたと言えよう。水稲は登熟期、とくに収穫後平均気温が26℃以上の高温で経過すると白未熟粒が多発生し、食味低下につながる。このため、近年は西日本を中心に高温耐性品種を導入する産地が増えている。高温の影響を受けにくい品

種が良食味米づくりのカギになることを5年産ランキングの結果も示している。特A新顔の「サキホコレ」（秋田）、「はれわた」（青森）はいずれも高温に強い。

さて、特Aという良食味米のお墨付きは生産者をはじめ産地にとつては励みになる。山形県知事は県産米の評価に「厳しい」気象条件で生産者にはおいし「コメ作り精励していただいた。高品質な良食味米に生産に向け、丸となつて取り組む」とのエールを送る。その一方で、特A産地は評価対象外の東京大阪・沖縄を除く都道府県すべてが「特A」を獲得、全国総銘米の時代となつている。食味レベルが向上し、その多くがコシ系になり、総じて味の個性が薄れた。高温による品位劣化で耐高温性品種への切り替えも進む。もはや特A評価のみで他産地と差別化するのは難しくなつてのが現状である。

米消費は家庭での精米消費が落ち込む半面、弁当やおにぎりはコンビニで売れ筋の定番商品だ。温室効果ガス削減に効果のある水田の「中干し」や「稲わらのすきこみ」搬出」によるメタン排出量を低減するなど、SDGsに配慮して生産された米も支持を広げ始めている。産地には、良食味を土台に多様化する消費ニーズに対応していく細やかな戦略が引き続き求められる。

グリーンピースと鶏肉のクリームご飯

瑞々しい旬のグリーンピースの甘味と旨みを、クリームソースに閉じ込めた一皿です。

【材料】 4人分

グリーンピース……………200g (正味)
鶏もも肉……………1枚
ベーコン……………40g
玉ねぎ……………1/2 個
白ワイン……………100ml
コンソメ顆粒……………大さじ 1 } A
牛乳……………300ml

生クリーム……………50ml
塩、胡椒、砂糖、小麦粉…適宜
サラダ油、バター……………各大さじ 1
コーンスターチ……………小さじ 1
レモン汁……………大さじ 1
ご飯……………お茶碗 4 杯分
パセリみじん切り……………適宜

簡単
ご飯
レシピ
季節の美味しいご飯料理



1. 鶏は一口大に切り、塩、胡椒してから軽く小麦粉をまぶす。玉ねぎは薄くスライスする。ベーコンは7mm幅に切る。
2. 鍋にサラダ油とバターを入れ、鶏肉、玉ねぎ、ベーコンを焦がさないように炒める。鶏が白っぽくなったならグリーンピース、Aを加え、蓋をして弱火で3分程煮込む。
3. 2に牛乳、生クリームを加え塩、胡椒、砂糖で調味する。
4. コーンスターチを倍量の水または牛乳(記載外)で溶き、3に加える。混ぜながらとろみが安定するまで煮込んだら火を止め、レモン汁を加えて全体を軽く混ぜ合わせる。器に盛ったご飯にかけ、上からパセリを振る。

鯖の炊き込みご飯

鯖は焼いてから炊き込みます。上品な味わいの春らしい炊き込みご飯です。

【材料】4人分

米	2合	炒り卵	卵2個分
鯖	2切れ	(卵2個、砂糖小さじ1)	
昆布	5cm角	さやえんどう	適宜
生姜スライス	1/2片分		
塩	小さじ2/3	} A	
醤油	小さじ1		
酒	大さじ2		
みりん	小さじ1/2		



1. 米は研いで昆布と共に炊飯器に入れ、1.5合の水位線まで水を張り30分～1時間置く。
2. 鯖は振り塩をしてしばらく置き、水気を拭う。両面を色づくまで焼き、粗熱を取る。
3. 1にAを加え、既定の水位線まで水を足してひと混ぜする。2の鯖と生姜をのせて普通に炊飯する。
4. さやえんどうは塩茹でして冷水に取り、水気を切って細切りにする。卵は()内の材料を合わせ、サラダ油大さじ1で炒りつけて炒り卵にする。
5. ご飯が炊けたら昆布を取り出し、炒り卵を混ぜ合わせる。器に盛りさやえんどうを飾る。

旬の食材「ニラ」

3000年もの長い歴史を持つ、東アジア原産の野菜です。日本では奈良時代にすでに栽培されていたようですが、当時は薬膳料理に少量用いられる程度だったと考えられています。ニラは栄養の宝庫で、ビタミン類、ミネラル、食物繊維が豊富です。特にβ-カロテンは野菜の中でトップクラスを誇ります。また辛み成分のアリシンには強い抗菌、抗酸化作用があり、ビタミンB1と結びつき疲労回復を助けます。



ニラと蛸の コチュジャン和え

【材料】2人分

ニラ	1/2 把
蛸	70g
プチトマト	3～4個
醤油、コチュジャン	各大さじ 1

1. ニラは茹でて冷水に取り、絞って4cm長さに切る。蛸は食べやすい大きさに切る。トマトはヘタを取り、縦半分に切る。
2. ボウルに醤油、コチュジャンを入れて混ぜ合わせ、1を加えて和え、器に盛る。

バンバンジー 万能ニラ入り棒々鶏だれ

【材料】2～3人分

ニラ	1/2 把	} A
長ねぎみじん切り	大さじ 3	
生姜みじん切り	大さじ 1	
醤油	大さじ 4と 1/2	
砂糖	大さじ 1 弱	
酢、胡麻油	各小さじ 2	
練り胡麻	大さじ 2	
ラー油 (お好み)	適宜	
蒸し鶏、トマト、香草	各適宜	



1. ニラは細かく刻む。耐熱のボウルに入れ、軽くラップをかけて600Wの電子レンジで1分加熱する。冷めたらAを加え混ぜ合わせる。
 2. 器に薄切りのトマトを敷き、蒸し鶏をのせる。1をかけ香菜を添える。
- ※様々な料理に使える万能だれです。

はえぬき 糀甘酒

(ストレートタイプ)



自社製造の山形県産はえぬき米麴を使用した、ストレートタイプの糀甘酒です。弊社の米麴の特徴である“強い甘み”を存分に味わえるよう、原材料は米麴と水のみで仕上げました。香り、風味ともにクセがなく、すっきりとした飲み口で、飲んだ後もうま味と甘みが広がります。腸活、免疫力アップ、朝の栄養補給等、毎日の甘酒習慣にお勧めです。



はえぬき 糀甘酒(ストレートタイプ) 内容量:115g
428円(税込)

名称:甘酒

原材料名:米糀(米)

原産地名:山形県(米)

内容量:115g

賞味期限:3カ月(冷蔵)

要冷蔵(10℃以下で保存)

※加熱する際は、必ず容器から出して温めてください。直接容器に熱を加えないようお願いいたします。

甘酒栄養成分(100g当り)

分析項目	推定値
エネルギー	72kcal
たんぱく質	1.5g
脂質	0.4g
炭水化物	14.8g
食塩相当量	0.0g

◆製麴担当者からひとこと◆

良質の山形県産はえぬきを100%使用した、米屋が作ったこだわりの麴です。昔ながらの製法を再現した最新の機械を用い、クリーンな環境のもとで製造しています。小まめに発酵温度を調節し、麴菌が最も活発に活動できる環境を整えることで、甘みの強い上質な米麴に仕上げています。※弊社では、原料となる米こうじを「麴」、米麴を加工したこうじ製品を「糀」と表記し区別しています。





株式会社アスクは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

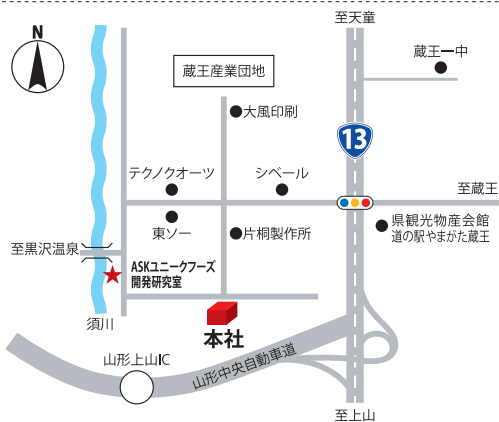
本社



ASKユニークフーズ開発研究室



FSSC22000・ISO22000認証



お米のたわら蔵 株式会社 アスク

【本社】

〒990-2338 山形県山形市蔵王松ヶ丘2-1-36
TEL.023-695-4111 FAX.023-695-4567

【ASKユニークフーズ開発研究室】

〒990-2338 山形県山形市蔵王松ヶ丘2丁目2-9

【東京支社】

〒105-0004 東京都港区新橋2丁目12-1
ランディック第3新橋ビル7F
TEL.03-6550-9951 FAX.03-6206-6785

お米のご注文  **0120-415-089**

URL: <https://www.okomono-tawaragura-ask.jp/>

うまい米にはワケがある Vol.31 2024-04

発行：お米のたわら蔵 株式会社 アスク

料理：石川 智子

撮影：小林 和仁

表紙：花「チューリップ」