

うまい米には

ワケがある



冬
2021.01



新雪の庄内平野（鶴岡市藤島）

山形の米づくり 「はえぬき」誕生までの道のり 温故知新

文・写真…谷藤 雄二

昭和61年春、筆者は庄内平野のど真ん中藤島町（現鶴岡市）の県農業試験場庄内支場の門をくぐる。3度目の育種の仕事だ。ポストササニシキを作る、という途方もない目標を持つて。

当時のササニシキの作付けは55千ha、平成2年の61千haまで伸び続けるが、市場評価は芳しいものではなく、新潟県産コシヒカリ、宮城県産ササニシキに大きく水をあけられていた。ライバル県秋田で昭和59年に開発した「あきたこまち」はそのおいしさと斬新な品種名で急成長していた。県内の農家や農業団体からはポストササニシキの声が日増しに高まり、山形県にとって、ササニシキに代わるオリジナルの銘柄品種の開発が喫緊の課題であった。

筆者はそれまで12年間品種育成に取り組み、この間、ササニシキを凌駕する品種を、との思いで挑戦し続けてきた。育種に従事する誰しもが抱えている思いである。しかし、30数年以上にもわたって山

形の米づくりを席卷してきた偉大な品種の前に、新品種誕生は厚い壁にことごとく拒まれてきた。

ポストササニシキ、コシヒカリ、あきたこまちに負けない新品種を作る、暗中模索の中での二つの手がかりが、北海道で行われていたコメの理化学特性の分析による良食味品種開発への取り組みである。食味に密接な関係があるコメの理化学特性のうち、タンパク含有量とアミロース含有量を簡易に分析する機器を活用して選抜する新育種法が脚光を浴びていった。しかしこれらの機器はいずれも高価であり、高嶺の花であった。

我々の手元にあるのは古びた電気釜だけである。それならば、ということ。初志貫徹、食いまくること。研究員、補助員10名足らずの育種部員は、日に三度、二日酔いであろうと何であろうと食味検定に立ち向かった。食う方も大変であったが、飯を炊く研究員もまた大変であった。若い研究員がもくもくと飯炊き男に徹したか



らこそ、ハードな食味検定を数多くこなせたのであろう。三年間食いまくつての選抜であった。筆者はこれらの材料から、ササニシキに代わる品種が生まれることを期待し、庄内支場を後にした。

その直後の平成元年、山形県は県あげて銘柄品種開発事業を開始した。1億6千万円の巨費を投じ、夢にまで見た食味検定関連の機器を導入した。食べまくりと、機器による成分分析のもとに「はえぬき」が誕生したのは平成3年である。

田んぼで見る「はえぬき」は丈が短く、ササニシキ、コンヒカリを見慣れた農家はびつくりしたという。丈が短い品種は倒れず作りやすく多収である反面おいしくない、というのがそれまでの定説であった。もし、徹底した食味検定がなかったら、短稈という形態的特性からして、選抜の過程でポツになったであろう。そう考えると、「はえぬき」の短稈でありながら優れた食味特性を見出した最大の功労者



水田農業研究所本館



育種圃場

は、飯炊きに徹した研究員であったかもしれない。

「はえぬき」は山形県の主要品種としてササニシキにとって代わり、潟千里、最高42千ha(平成26年産)まで作付けを伸ばした。秋田県、大分県、香川県も奨励品種に採用した。日本穀物検定協会の食味ランキングは平成6年から22年連続特Aに輝く。

庄内支場(現山形県農業総合研究所センター水田農業研究所)からは、その後、「つや姫」(平成21年)、「雪若丸」(平成27年)が誕生、いずれも食味ランキング特Aの極良食味品種である(Vol.3 Vol.4)。

一つのブランド米品種が誕生するまで十数年以上もの年月を要する。この間、育種に従事する研究員も変わる。食味検定関連の高度な機器類も導入された。しかしそこには、「食べまくる」という選抜法が面々と引き継がれ、飯炊きと食べまくる地道な歩みがトップクラスの品種を生んだのではないだろうか。

簡単ご飯レシピ

季節の美味しいご飯料理

鯉の出汁茶漬け

お刺身もいいですが、脂がのった旬の鯉に温かいお出汁をかけていただくお茶漬けもまた格別です。



【材料】2人分

鯉刺身	80~100g	酢	小さじ 1/6
白だし、醤油	各小さじ 2	ご飯	2 杯分
酒	大さじ 1	三つ葉、わさび、白胡麻	適宜
出汁	300ml		
白だし	小さじ 1		
醤油	少々		

1. Aを合わせ、刺身の切り身を漬け1~2時間置く。
2. Bを合わせて火にかけて沸かし、火を止める直前に酢を加える。
3. 器にご飯を盛り1を載せる。2をかけ、白胡麻を振り、三つ葉を載せわさびを添える。

かしわご飯

九州や山口に伝わる郷土料理です。一般的な鶏の炊き込みご飯よりも味付けが濃いのが特徴です。

【材料】4人分

米	2合	醤油、酒	各大さじ1	} A
昆布	5 cm角	生姜搾り汁	小さじ1	
鶏もも肉	1枚	醤油、酒、みりん	各大さじ2	} B
干し椎茸	3～4枚	砂糖	小さじ1と1/2	
牛蒡	1/2本	鶏ガラスープの素	小さじ1	
人参	5 cm	胡麻油	大さじ1	



1. 干し椎茸は前日から水で戻し、戻し汁から大さじ2を取りBと合わせる。
2. 米は研いで炊飯器に入れ、1.5合の水位線まで水を張る。昆布を入れてそのまま30分から1時間置く。
3. 鶏肉は皮を取り除き別皿に移す。肉は1 cmの角切りにしAで下味を付ける。牛蒡はささがきに、人参は千切りにする。椎茸は水気を絞り千切りにする。
4. フライパンを熱し3の鶏皮を入れ両面焼き付ける。皮から出た油に胡麻油を足し、鶏、牛蒡、人参、椎茸を加えて炒め、Bを加えて弱火で煮込む。煮汁が半量になったら鶏皮を取り除き、煮汁と具に分ける。煮汁は炊飯器に入れ、2合の水位線になるよう水を足し、鶏ガラスープの素を加えてひと混ぜする。具材を加え普通に炊飯する。

旬の食材「小松菜」

古事記にも登場する日本古来の野菜ですが、名付け親は八代將軍徳川吉宗というのですから驚きです。武蔵国小松川村（現東京都江戸川区）に鷹狩りに訪れた際、献上された小松菜入り雑煮を気に入った吉宗が、その地名から「小松菜」と命名したと言われています。小松菜はカルシウム、鉄分、ビタミンC、食物繊維が豊富で、強い抗酸化力を持つβ-カロテンは100gで1日分が摂取できるという優れたものです。栄養価が高く、寒くなるほど甘みが増す冬の代表的な緑黄色野菜です。

小松菜といかと 納豆の箸休め

【材料】2人分

小松菜	1株
いか糸づくり	60~80g
ひきわり納豆	1/2パック
醤油	適宜
削り鰹	適宜

1. 小松菜は洗って水気を切り、ラップに包み600Wの電子レンジで1分弱加熱する。粗熱を取り、水気を絞って1cm長さに切る。
2. ボウルに1、いか、納豆、醤油を入れて和え、器に盛る。削り鰹をかける。



小松菜のナムル

【材料】2人分

小松菜	1/2把
塩	少々
醤油	小さじ1
胡麻油	小さじ2
中華スープの素	小さじ1/2
にんにくみじん切り	少々
白胡麻	大さじ1

1. 小松菜は洗ってラップに包み600Wの電子レンジで1分30秒程加熱する。粗熱を取り、水気を絞り4cm長さに切る。
2. ボウルにAを合わせ、1を入れて和える。器に盛り白胡麻をかける。



「ふっくら玄米」

～炊飯器の白米モードで手軽に炊ける新しい玄米～

こだわりの「スクラッチ加工」により、今まで炊飯に手間がかかった玄米を、白米モードで簡単に炊飯できるようにした新しい玄米です。水加減も白米と同じなため、白米と混合炊飯する場合も失敗がありません。また、浸水なしでも炊飯することができます。玄米の栄養価と風味はそのままに、扱い方は白米と同じという2つの長所を兼ね備えた、まさにハイブリッドな玄米です。

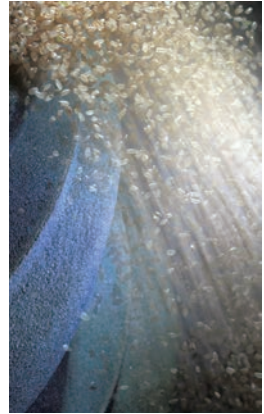
美味しいお召し上がり方法



1. 「ふっくら玄米」を軽く研ぎ、炊飯器の水位線まで水を張る。
※白米を混ぜる場合はお好みの量を合わせて一緒に研ぐ。
2. そのまま30分程(冬場は1時間)浸水し、白米モードで普通に炊飯する。

スクラッチ加工

特殊な金剛
ロールを使用し、玄米の表面に傷をつけることで水分吸収率を上げ、浸水時間の短縮を可能にした、当社ならではの精米方法です。



「ふっくら玄米」シリーズ

クィーンと姫の玄米生活

粘りの強いミルキークィーンとつや姫を配合したモチモチした食感の美味しい玄米です。



900g入 925円(税別)

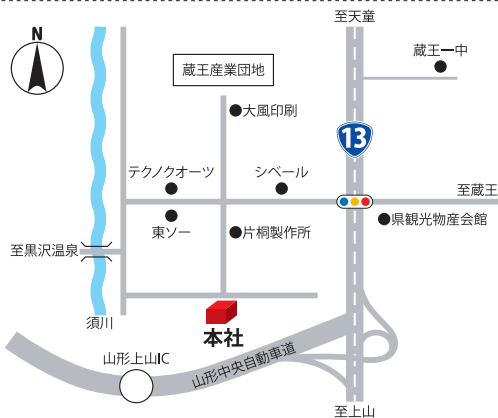
クィーンと姫の玄米生活 栄養成分表(100g当り)

分析項目	クィーンと姫の玄米生活	精白米
エネルギー	350kcal	358kcal
たんぱく質	5.8g	6.1g
脂質	3.1g	0.9g
炭水化物	76.3g	77.6g
・糖質	73.0g	77.1g
・食物繊維	3.3g	0.5g
食塩相当量	0g	0g
カルシウム	8.2mg	5mg
ビタミンB1	0.38mg	0.08mg
ビタミンB2	0.03mg	0.02mg
ビタミンE	1.3mg	0.1mg
葉酸	26μg	12μg

●この表示値は目安です。

●クィーンと姫の玄米生活栄養成分値は(一財)日本食品分析センター調べ

●精白米の栄養成分値は日本食品標準分析表2015年版(七訂)から引用



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

【関東営業所】

〒362-0035 埼玉県上尾市仲町1丁目8-31-401
TEL.048-871-5681 FAX.048-871-5682

うまい米にはワケがある Vol.18 2021-01

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

お米のご注文  **0120-415-089**

URL: <http://www.okomemo-tawaragura-ask.jp/>