



お取り扱い店

産地・魅力レポート協力

小川順子……………放送タレント・リポーター。滋賀県在住。現在、KBSラジオ「たんたんおうみ」番組パーソナリティ。

ファミリーレストラン……お笑いコンビ。よしもとクリエイティブ・エージェンシー所属。滋賀に住みます芸人。KBS京都ラジオ「ファミリーレストランのめっちゃうま!」番組パーソナリティ。

しあわせ@近江米
近江米振興協会

〒520-0807 大津市松本一丁目2番20号
滋賀県農業教育情報センター内
TEL 077-523-3920 FAX 077-523-5611

近江米振興協会

検索

近江米大好き!
産地・魅力レポート
2014年 Volume. 1

見る・聞く・食べる近江米!

しあわせ
@近江米

everybodyHAPPY everybodyOHMIMAI



近江米スペシャルレポート

小川順子の

三日月大造 滋賀県知事



三日月大造滋賀県知事
1971年生まれ。衆議院議員、国土交通副大臣、国土交通大臣政務官、民主党副幹事長・国会対策委員長代理等を経て、2014年7月滋賀県知事に当選。座右の銘は一期一会・着眼大局着手小局。

小さい頃から家族で食べていた近江米は今でも僕の大切な原動力の一つです！

近江米が大好き!とおっしゃる三日月大造滋賀県知事にその魅力とこだわりなどを伺いました。



Q1 近江米の振興について

滋賀県はおいしい近江米の産地であること、その滋賀県の知事であり近江米振興協会の会長であることに誇りと、強いやりがいを感じています。いろんなところで「近江米はおいしいですよ!環境にこだわって作っていますよ!」とPRすると、皆様から「おいしいですね。」「食べてますよ。」とお声がけいただけて本当に嬉しいです。大変多くの方々に喜ばれていることを実感し、自信を持って近江のお米

を勧めていきたいと思っています。

Q2 近江米の特徴について

いろいろありますが、農家の方々が苗を植えて、田んぼの草とりや畦を刈るなど、心を尽くして育てておられる事と、同時に山から琵琶湖へと自然の恵み豊かな場所で育った、栄養分豊富なお米であるという事です。味はもちろんですが、農家の方々の心こもったお米、しかも環境にもこだわって育てたという事が近江米の特徴だと思っています。



Q3 環境に優しいとは

環境こだわり農業、環境こだわり農産物の推進ということで平成13年から取り組んでいます。具体的には農業や化学肥料の使用を通常の半以下にして作ります。すると、草も生え、通常よりも草刈りの回数や手間も増える。それでも琵琶湖の水のことも考えて米作りに取り組んでいただいております。そんな農家の方々には環境こだわり農産物の認証をつけて販売いただいております。先日も、みずかがみのキャンペーン先で「環境にこだわって作ってますよ!」と言うと消費者の方の反応が大きかったですね。環境にこだわり、しかもおいしいお米。それなら買う、食べようという行動に繋がっていると感じます。滋賀県ではそのような農業をしている事も大きくPRしていきたいです。

Q4 新種の「みずかがみ」が話題ですが

はい。滋賀県が10年の歳月をかけて作りだした新品種で暑さにも強く、噛めば噛むほどお米のうまみが生きて出てきて大変おいしい。食味ランキ

ングでも「特A」*の評価をいただいています。炊きたてで温かい時はもちろん、冷めてもおいしく、お弁当やおにぎりにもぴったりです!是非、小さい子供さんから家族みんなでたくさん食べてほしいですね。パッケージも鮮やかな水の色、水にもこだわって作っています!ということも表現できていると思います。近江米はいろいろなこだわりを持って生産している点を消費者の方々にも評価いただき、たくさん食べてほしいです。

*「特A」・・・(一財)日本穀物検定協会の平成25年産米食味ランキングの参考品種として

Q5 読者にメッセージ

朝・昼・夜と毎食おいしい近江米を食べていただき、仕事に、勉強にと一緒に頑張っていきましょう!「安全安心、おいしいお米は、近江米。滋賀県産!」と覚えてください。私も「新米・知事」として新鮮な気持ちであらゆる場面で近江米のPRに力を入れてまいります。

滋賀県PRイベントレポート!

滋賀県の良さを皆さんにもっと知ってもらいたい!

9月に新名神・土山サービスエリアで近江米のおにぎり、近江牛鍋、近江のお茶の試食・試飲会を開催しました。これからも各地で近江米のおいしさを消費者の皆様に発信し、近江米の振興を盛り上げてまいります。



小川順子の

マイフェイバリット

高島市マキノ町 棚田農家 藤澤さんご夫婦



藤澤安彦さん(左)・深雪さん(中央)ご夫婦
高島市マキノ町の棚田で50年近く作られている近江米は、滋賀県内の有名料亭にも卸されています。品種は「コシヒカリ」で、この地域の棚田は水と土壌の質が良く、お米一粒一粒が大きく粘り気のある美味しいお米が収穫できます。

「人と自然が共創する棚田の近江米」

藤澤さんの棚田では、山から湧く良質な水源の水を使用します。河川に流れ込む前の澄みきった水で、水質はカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分を豊富に含んでいます。田んぼは、山間の傾斜を利用するため水はけがよく、湧き水のお陰で良質な土壌が形成されています。棚田は山からの流下水を浄化させる効果もあると言われています。棚田で使用された水は水田に棲む土壌微生物により窒素除去(脱窒)され琵琶湖に流れ込みます。藤澤さんの棚田で作られる近江米は人と自然にやさしい環境米な

のです。
ただ、棚田の米作りは農家の方にとってはご苦労が多いようです。棚田では平地の水田と違い草刈りが大変です。山の傾斜地を利用するため雑草が生える範囲も広く、頻度が平地と比較するとかなり高いそうです。又、それぞれの田んぼが狭く、機械が使いにくいいため、作業の割に収穫量が少ないこと。山間に位置する地域は天候が変わりやすく、質の良い米が作れるかわりにリスクも高い、とのこと。今年は特に、台風と前線の影響で雨の日が多く、夏季日照時間が短く、



持ってみると結構重たいですね♪

収穫量にも少なからず影響しています。
今回は、刈り取り直前の田んぼにお邪魔させていただきましたが、秋光爽やかな中に黄金色に稔った稲穂が重そうに頭を垂れて、手に取ると一粒一粒が大きく感じられました。

既に刈り取りが終わった水田にはトンボやカエルなどの多彩な生物が命を育み、生き物が育つビオトープを形成しているようです。藤澤さんの棚田では生物多様性を確保する仕掛けが自然に出来上がっているのを感じます。

自然の生態循環は山林が起点となっているといわれますが、遠くに広がる近江米の棚田を眺めていると人と自然がつながり、共創しながら棚田の近江米を作り上げているように思います。藤澤さんご夫婦は、50年近く高島市マキノ町の棚田で愛情を込めた近江米を作り続けてこられました。これから育つ子供達に、美味しくて安全な近江米を食べ欲しい、そして滋賀県の文化と郷土の味で大きく育て欲しいと話されています。

今回の訪問で強く感じたのは、藤澤さんの棚田では消費するだけのお米ではなく、未来につながるお米が作られていることです。私たちが日常から美味しく安全・安心なお米を食べられるのは、農家の方々の日々の努力と工夫によるものだと思えて深く感じました。



これからも元気で未来につながる美味しい近江米を作り続けて下さいね！お願いします！

農家さんが教えるお米のあれこれ！

美味しいご飯にこだわるなら、炊いた後も重要です。

皆さん、ご飯の炊き上がりで一番おいしいところってご存知ですか？炊飯器でもお釜でも炊きあがりの真ん中が一番おいしいとのこと。来客時などは真ん中の部分をお客様にお出しするのが良いとのことでした。



KBS京都ラジオ
ファミリーレストランのめっちゃうま!

料理人「清本」さん いらっしゃ～せ～!

京料理のプロが近江米のおいしい炊き方を
KBSラジオ「めっちゃうまスタジオ」から発信しました!



京懐石・京割烹「清元」店主 料理人 清本健次さん(右)
大津市雄琴で創業100年の京懐石・京割烹「清元」の五代目店主として料理人をつとめ日本包丁道清和四條流第35代家元 清本健盛として日吉大社などで包丁道を披露する京料理のプロフェッショナル。京懐石・京割烹「清元」では選り抜いた食材・調味料を日本・世界各地から取り寄せる一方、地元滋賀の旬の野菜や川魚を積極的に取り入れた感動を味わえる料理を提供されている。

普段食べている近江米だけど 改めて食べてみると本当に美味しい!



多くの美食家をうならせる京料理人の清本さん。当然お米へのこだわりも強く、お店では高島市マキノ町の棚田で収穫される近江米が使われています。今回は、そんな京料理のプロ中のプロに近江米のおいしい炊き方について教えていただきました。

いのです。1時間程かけてお米に充分お水を含ませ、その後ザルで水を切り、新しいお水で炊きます。お米にしっかりと加水するのが、お米をおいしく炊く一番重要なポイントです!

「お米の炊き方」其の二

炊飯器で炊く時に給水の量で気をつけることがあります。新米の時期は炊飯器の目盛りより給水を少なめにします。正月を過ぎるころからは給水量をあげて、夏になると給水量を目盛りより少し増やします。炊飯器の目盛りはあくまで目安なので、年中同じ目盛りで炊かないのがおいしく炊くコツです。

「お米の炊き方」其の三

お米は水道水でもおいしく炊けますが、よりおいしく炊くひと工夫が「炭」を入れることです。洗った炭を一つ入れるだけで、水道のカルキ臭、米ぬか臭を炭がすべて吸い取り、同時に炭からミネラル分が出て遠赤外線効果と一緒にあって、もっちりとした旨味のあるお米が炊けます。炭は木炭でも竹炭でも大丈夫です。お米を炊く用に一般に市販もされています。

京料理のプロフェッショナル清本さんに、お米をおいしく炊くコツを教えていただきました。ちょっとした工夫でいつもの近江米がごちそうに変わるんですね。読者の皆様も是非チャレンジしてみてください!

「お米の研ぎ方」其の一

お米は研ぎすぎではいけません。お米を研ぎすぎると旨味が全部逃げてしまいます。多くの方がお米をゴシゴシと洗すぎる傾向があるので注意しましょう。目安としてはお水に白い濁りが少し残るくらいにします。

「お米の研ぎ方」其の二

お米を研ぐ時は強く揉み過ぎないように注意しましょう。お米を研ぐ時に強く揉みすぎると米粒がぶつかり合って割れてしまいます。やさしく、軽く揉むだけでお米のぬかは充分に洗い流されます。

「お米の研ぎ方」其の三

冬場になると水が冷たく手が痛くなりますが、お米をお湯で研ぐとおいしさが半減します。冬場でもお米を研ぐ時は頑張ってお水で研ぐと、おいしくご飯が炊きあがります。

「お米の炊き方」其の一

お米を研ぎ終わると、次はお米に充分加水します。洗ってすぐにお米を炊くとおいしいご飯ができな



めちゃうまリスナーの近江米レシピ

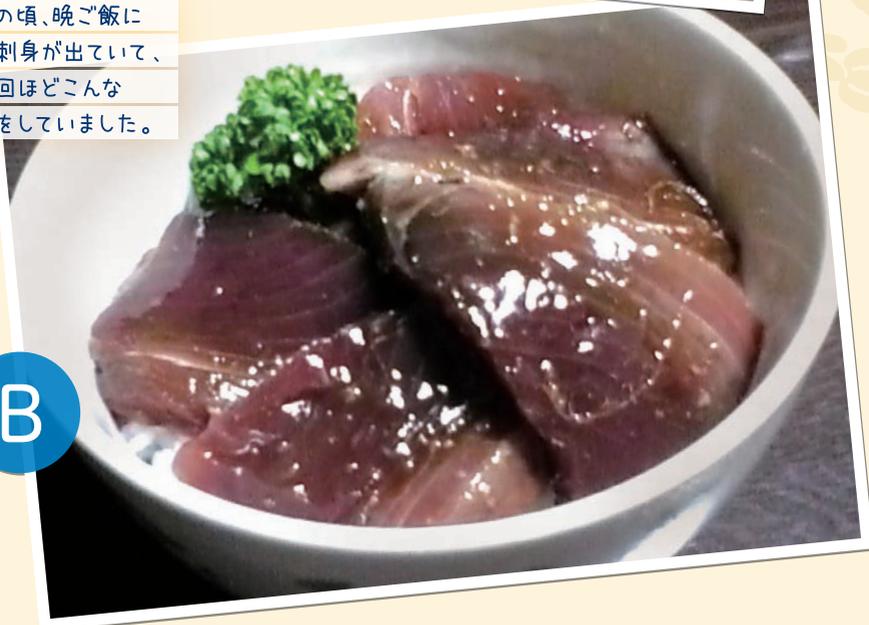
KBS京都ラジオ「ファミリーレストランのめちゃうま!」の中で募集したリスナー自慢の近江米を使った料理をご紹介します。みなさんぜひ参考にしてみてください。



炊き込みご飯に、
やきとりとおしゃぶりこんぶを
入れることで、味に深みがでて、
より一層、近江米の良さを
引き出すことが出来ます!

A

子どもの頃、晩ご飯に
毎日お刺身が出ていて、
週に2回ほどこんな
食べ方をしていました。



B



動物園の遠足にちょっと頑張って作ってみました。
近江米のブタさんおにぎりに笑顔の子供おにぎり、
お猿さんはミートボールとチーズ。
ライオンさんはウイナーでたてがみを、
キリンさんは卵焼きに海苔で雰囲気を出してみました。
「おいしかったよ」って完食してくれました。
これからも近江米で大きく元気に育って欲しいです!



① 近江米の炊き込みご飯 ラジオネーム「りんごあめ」さん(兵庫県猪名川町・36歳・主婦)

調理手順/①お米を洗う。②にんじん、油揚げ、ごぼうを食べやすいサイズに切る。③炊飯器にお米と出し汁、しょうゆ、酒、みりんを加える。にんじん、油揚げ、ごぼう、やきとりやおしゃぶりこんぶを入れて炊く。④炊き上がったら、最後にきざみねぎを添える。

② カツオの漬け丼 ラジオネーム「まりっぺ」さん(滋賀県東近江市・65歳・主婦)

分量は適当です。生姜醤油に2、3分漬け込んだ、カツオのお刺身を温かいご飯に乗せて食べるって、ホント〜に簡単!なものです。たったこれだけの事ですが、美味しかったし、ご馳走でしたよ!

③ 近江米の動物お弁当 ラジオネーム「Shimeji」さん(京都市中京区・40歳・主婦)

調理手順/ブタさん…焼サケをほぐしてご飯に混ぜて丸く握る。魚肉ソーセージで鼻・耳の形にする。ほっぺはケチャップで。きりんさん…卵焼きを切り分け組み合わせる。海苔でキリンの模様を付ける。ライオンさん…ウイナーに両側から細かく切り込みを入れてゆでる。真ん中にミートボールを入れる。目や鼻は海苔で、ひげは上げたパスタで付ける。おさるさん…ミートボールにかたどったスライスチーズを乗せ目や鼻は海苔で。特別な材料や道具が無くてもかわいく出来ました!

京都

めちゃうま!おすすめの一品 「福松」の近江米炊き込みご飯

今回のめちゃうまおすすめ品は、京都の中心地烏丸衣笠町に隠れ家のような
素敵なお店創りの京料理割烹店「福松」さんの「近江米炊き込みご飯」です!



近江米炊き込みご飯(近江米×鮭×イクラ×ミツバ)
この季節の鮭は「時知らず」で身がやわらか高級品!
まさに絶品「鮭の親子丼」です! ※季節により変わります

ちかまつまさき

ご主人の近松真樹さんは滋賀県出身。ご自分の好きなもの、納得できるものに囲まれて仕事がしたい。と、内装やお庭などにこだわって4年前に『福松』をオープン。そんなご主人のお米へのこだわりが近江米!実は幼馴染が滋賀県・野洲で生産しているお米で、「生産者の顔が見えると安心だし、香りも良く、ちょうどいい粘りが魅力」だとか。「とにかく「しっくりくる」というのが本音だそうです。

Q1 近江米と料理の位置づけ

「お料理とお酒」、「お料理とご飯」、いろいろな楽しみ方のお客様がいらっしゃいますがメにはご飯ものという方が多いです。お酒メインの方なら小さいおにぎりを。ご飯メインの方にはしっかりご飯ものを。いずれにしてもご飯ものは「ほっこり」する・・・とのお言葉をいただけます。特に新米の季節は『初物をいただく』というぜいたく感、土鍋で炊くご飯の特別感を感じて喜んでいただいています。

Q2 今回の炊き込みご飯の調理ポイント

今回ご用意した「鮭といくら親子土鍋ごはん」は、だしで生の鮭とご飯を炊き、ふくらと炊けたところを混ぜ、自家製いけらの醤油付けをたっぷり載せます。また、ミツバをあしらって彩と香りを添えています。その時々具や料理、季節によって浸水時間や水の量を調節します。

Q3 土鍋で炊く良さは?

浸水時間はもちろん必要ですが、炊きあがり早い!時々調整はしますが土鍋自体が水分調整のサポートをしてくれるので、お米の立ち方も違います。一粒一粒がそれぞれ主役級に際立つと思います。

Q4 お家でもまねできるオススメごはんもの

塩サバの混ぜご飯は最高です。塩サバの骨を抜いて表面を炙っておく。ご飯はだしとお水で炊き、蒸らす時に塩サバを入れます。塩サバにお米の余熱で火が通ったらほぐしながら混ぜ、春菊など香味野菜を最後に加えます。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにもオススメです。



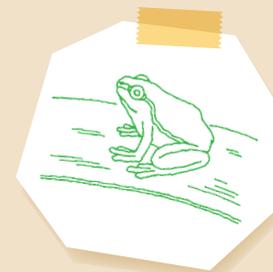
御食事処乃 福松
〒604-8204 京都府京都市中京区衣笠通六角上ル頓園子町475-6
TEL 075-741-7138 営業日・時間 / 月~日(18:00~24:00)・不定休

あっ!そうだったんだ! お米のうんちく

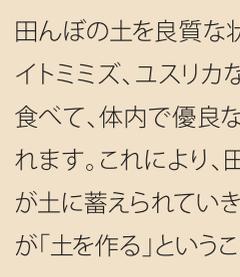
お米を守る田んぼの生き物たち

お米ができるまでには農家の方々の米作りに対する誇りと愛情がとても重要です。そしてもうひとつ、お米の安定的な生育に関わる大きな存在があります・・・それは、田んぼに生きる生物たちです。

豊かな生態系が田んぼをいろんな外敵から守るのです。まず代表的な生き物はアマガエルです。田んぼの害虫の天敵としてもっとも重要とされています。田んぼに棲むアマガエルのおなかの中を調べてみるとイネツトムシ、イネアオムシ、ツマグロヨコバイといった田んぼの害虫がたくさん見つかります。アマガエルは水田の中に棲み害虫をたくさん食べてくれるのです。



水田の上からはクモが害虫を駆除してくれています。田んぼの中に入るとあちらこちらに蜘蛛の巣がみられます。見かけはあまりよくないのですが、ウンカなどの害虫を駆除してくれる最高の益虫で、田んぼのハンターと言われています。その他、田んぼの上空から害虫を狙うつトンボなどがいます。



田んぼの土を良質な状態に保ってくれるのが微生物たちです。イトミミズ、ユスリカなど、土に棲む微生物が田んぼの肥料を食べて、体内で優良な菌類を発生させ、田んぼの土に還してくれます。これにより、田んぼの稲が成長するために必要な養分が土に蓄えられていきます。良質な微生物を活性化させることが「土を作る」ということなのです。

滋賀県では、「環境こだわり農業推進条例」のもと自然環境に配慮した栽培方法で、人と自然に優しい農産物の産地として生産管理に取り組んでいます。安全・安心な近江米が育つ田んぼには、自然豊かな生態系も育てられています。

