

自宅で美味しく食べる白米を。

自宅で食べるいつものごはんを

もっとおいしくするために、
まず知っておきたいのが米の基礎知識。

また、プロならではの技が冴える、
土鍋でのごはんの炊き方を、
一流料理人に学ぶ。

教えるくれる人 **金子真人**

「金子商店」専務



米の銘柄を知る。

の銘柄と聞いて、どれもが即座に思い浮かべるのは、やはり（コシヒカリ）だろう。30年以上、国内シェア1位を誇るトップブランドだ。コシヒカリは、その味の濃さ、粘りのある食感が日本人の嗜好にぴたりと合致して、これだけシェアを伸ばしてきたのである。

コシヒカリに追いつけ追いつけとばかり、コシヒカリの子孫にあたる直系品種も台頭してきている。国内シェア2位以下の（ひとめぼれ）（ヒカリ）（あきたこまち）などだ。ただ昨今は、さらに新しい銘柄が市場をにぎわすようになってきた。2004年に食糧法が改正されたのを機に、農家直送や産地をうたう流れ

が盛んになったのだ。北海道の（ふっくりんこ）や長崎白（にこまる）のように、県産白で開発した品種がその代表例。各地の風土を生かして作る、いわゆる地酒のような米。である。これらが年々増えてきており、現在の銘柄は約490種、作付けではおよそ270種に上るといえる。米はまさに百花繚乱の時代なのだ。

ブレンド米を学ぶ。

ブレンド米というとは、価格を安くするために数種を混ぜた米、という負のイメージがあるかもしれないが、それは遠い昔の話。現在はどれだけ消費者好みの味に近づけるか、幅広い料理に合わせられるかという点に重きを置いてブレンドされている。



米穀店でブレンドしてもらえば間違いないが、もちろん家庭でもブレンドは可能。その場合、やはりコシヒカリ系を軸として、2〜3種を組み合わせるのが基本だ。それ以上の種類になると味のバランスが崩れるのでおすすめしない。組み合わせる銘柄、配合はいろいろ試してみるのが得策。自分だけのブレンド米を見つけてほしい。

米の買いどき、保存法。

スーパーや量販店でも米は売っているが、できれば、信頼のおける米穀店で購入するのがベスト。なぜなら、米穀店ではつねに米の鮮度や状態に気を配っており、精米した日時ははっきりと伝えてくれるからだ。米は精米してから4週間くらいで食味が落ちてくるので、家庭ではそれより前に消費したいところ。よって精米日というのは

米をおいしく食べるうえで大事な基準となる。

また、米穀店で購入する利点がもうひとつ。前述したように、昨今はさまざまな銘柄が市場にあふれているので、何を選んでもいいのかわからないことも。その点、米穀店にはお米マイスターの資格を持つ人も多く、米をおいしく食べるためのノウハウを教えるので、自分の味の好み、用途、ライフスタイルを伝えれば、それに合った米や食べ方を提案してくれる。一般消費者にとって心強い味方となってくれるだろう。

さて、購入してきた米の保存方法についてだが、米専用の容器に移し、通常は常温の場所に置いておくのが問題ない。ただ、米の味を最も変化させてしまう原因が湿気と熱なので、台所内での保存場所には気を付けたい。また、高温多湿の夏の場合は密閉容器に入れ、冷蔵庫で保管するのが安全策といえる。

Kanako Showten

金子商店

住所 埼玉県川越市宮下町1-12-7
電話 0494-2221014-3
営業時間 9:00~18:00
休業日 日曜、祝日