

もっちり美味しい コシヒカリ、 今年もしっかり実りました!

去年より減農薬を進めています

追加注文も
承ります
(数量限定)

この上ない酷暑の後に台風がいくつか襲来して、心休まらない夏〜秋でした。お米にとってはさすがに、良いシーズンではなかったようです。
今年は春、暖かくなるのが早く、その後の猛暑と、太陽が夏以降も注いで日照時間が長く、田んぼの水(土、水)入、でたお水不足もなく、と、お米たちは無事! こうして収穫の日を迎えることができました!

今日の給食は、お米と豚の時のち。この頃のず〜っと食った方で、七穂米と曲でできている(?)子ども達。
おかげさまで元気がいいです。田んぼ主任の足腰も、どうにか悪くせず過ごせています。
「あ、よのた〜る、お米はいい
信州の秋の笑、どうぞ、つと
お米、いけくがさいませ。



今年のお米の取り組み

— 安全安心なお米を目指して

1. 稲に有効な菌を活用して、減農薬で育てました。

※農薬は当地(上伊那地方)基準の83%減です。
田植え直後に除草剤を使っています。(昨年より農薬を減らしています。)

2. 有機肥料だけを使っています。モミガラの堆肥作りも新たに始めました。

3. 苗を自分達で育てるところからお米作りを始めています。

●お米の保存期間

精米日(お米の袋に記載されています)から白米は約1ヶ月、玄米は来年の春までが美味しくお召し上がりいただける目安です。
※保存の状況によってこの保存期間は異なります。

●保存方法

なるべく風通しのよい日陰で保存して下さい。冷蔵庫に余裕がある場合には、密閉した容器に入れて冷蔵庫で保存するのが一番望ましいようです。

●玄米の炊き方

玄米は炊き方によって「ふっくらもちもち」から「パサパサでヌカクさい」まで美味しさが大きく変化します。蓄積農園では、美味しく炊ける圧力鍋の使用をおすすめています。炊き上がりの味に遜色なく、焦げつかないで電気圧力鍋が一番のおすすです。

●玄米の精米

また、玄米の表面だけを精米する「1分づき精米」をすると、栄養分はそのまま残して食べやすい玄米になります。精米機は精米度無段階のもので家庭用も出ています。

●圧力鍋を使った玄米の炊き方

※それぞれの鍋により炊き上がりまでの時間や方法は異なります。

1. 玄米を水でとぎ、お好みで塩を少々加えます。
2. 時間があれば、1時間以上浸け置きにする。
3. 鍋を強火にかけ、重りが動き、圧力がかかったらごく弱火にして炊く。(炊飯時間はそれぞれの鍋により異なります。電気圧力鍋ならスイッチを入れるだけ。)
4. なべの中の蒸気が完全に抜けてから、ふたを開ける。
5. シャモジで上下を入れ替えるように混ぜれば完了!
冷めた玄米は美味しさが半減してしまうため、熱いうちにラップで一食分ずつ包んで冷凍するか、おにぎりにすることをおすすめします。