

さらっとした風味でどんな料理にも使える

米ぬか生まれ

日本のお米から生まれた^{っの}築野食品
ビタミンEやγ-オリザノールなどをふくみ、
生食から炒めもの、揚げものなど、



創業1947年
“米ぬか”の可能性を
追求し続けています!

和歌山県の紀ノ川沿いにある築野食品工業株式会社。戦時中の食糧難を経験した創業者が「食糧の安定供給が図れる事業で社会に貢献したい」という想いで、事業をスタートさせました。当時、米ぬかの主な使用用途はぬか漬けなどに限定されていました。当社では米ぬかを100%使いこなすことを目標に『こめ油』をはじめ、食品原料、医薬品原料、化粧品原料なども製造しています。

フードコーディネーターの

●おすすめレシピ●

ライスサラダ



材料 (2人分)

- 炊きたてごはん…200g
- ハム…2枚
- ミックスビーンズ…1袋
- グリーンリーフ…2枚
- ミニトマト…2個

(ドレッシング)

- 米油…大さじ2
- レモン汁…大さじ1
- 塩…小さじ1/3
- 砂糖…ひとつまみ
- コショウ…少々

作り方

- ①ドレッシングの材料を混ぜる。ボウルに入れた炊きたてごはんに加えて冷ましておく。
- ②ハムは1センチ角に、ミニトマトは4つ割に切る。グリーンリーフは食べやすく一口大にちぎる。
- ③①のボウルに②とミックスビーンズを混ぜる。

玄米のたった1%しか とれない貴重な「こめ油」

玄米 100kg

精米



米糠

抽出

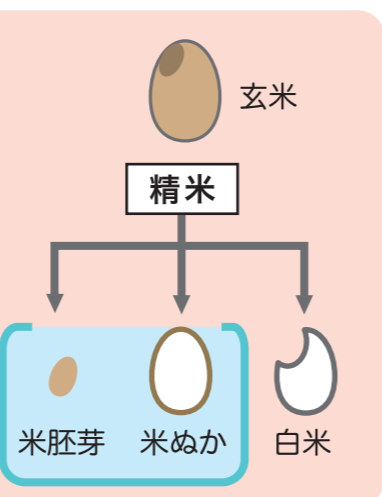
油分
こめ原油

精製

こめ油

およそ 1kg

原料は、お米を収穫して精米するときに出てくる白米以外の「米ぬか」と「米胚芽」



100kgの玄米から
こめ油になるのはおよそ1kg
こめ油は、米ぬか・
米胚芽由来の栄養成分
が凝縮された油です!



\揚げもの/ \炒めもの/ \ドレッシングに♪/

れの「こめ油」

工業の『こめ油』。米ぬか由来の栄養素、
素材の味を引き立てる風味の良さが特長です。
どんな料理にもあう良質の植物油です。



へたらない・におわない・くせがない
「こめ油」のおすすめポイント

その1 酸化しにくく、
保存性にすぐれています

こめ油は天然の抗酸化成分であるビタミンE、トコトリエノール、γ-オリザノールを多く含み、不飽和脂肪酸の中でも酸化されやすいリノレン酸の含量が少ないため、酸化しにくい油です。そのため、保存にも適しており、繰り返し使いやすいです。

その3 くせがなく、
身体にもうれしい♪

くせがなく、素材の持ち味をひきたてます。こめ油は豊富な植物ステロールと理想的な脂肪酸のバランスを合わせ持つため、コレステロールが気になる人に嬉しい油と言えます。

その4 食後の片づけも楽々♪

こめ油は、他の食用油に比べてべたつきが少なく、サラサラしています。揚げ物をしている際に出る、鍋にこびりつくカスが少ないのも特徴です。だから、調理後の揚げ鍋や食べた後の食器洗いにも差が出ます。「油がまとわりついていないから、洗いがラクで助かる」「コンロのお掃除が楽になった」というお声が多く寄せられています。

その2 油酔いしにくい

揚げ物をするとうちの部屋中に油のニオイが立ちこめて、気分が悪くなったり食欲がなくなったりする「油酔い」と言われる状態になることがあります。これは加熱による油酔い物質(アクロレイン)の発生が原因。こめ油はこのアクロレインの発生が他の食用油に比べて少なく、青臭いにおい(プロパナル)の発生量も少ないので、快適に調理ができ、部屋にイヤなニオイが充満しにくいのです。

日本の食料自給率にも貢献する「こめ油」
私は毎日、家で「こめ油」を使っています。炒める・揚げるのほか、炊飯時にこめ油を少量入れるなど、とても重宝します。日本は油脂原料のほとんどを輸入にたよっていますが、当社の国産こめ油は、国産原料を100%使用しています。お米を食べることが、米ぬかを育み、ひいては当社の「こめ油」になっていきます。毎日の食事で日本の自給率をあげていきましょう。



築野食品工業株式会社
たかとう 高頭 明大さん