

# もっと知りたい! 「もち麦」 Q&A



「もち麦」について色々教えてもらったよ!



中主営農センター  
営農購買課  
もりた 辰雄 課長


## Q 「もち麦」ってなに?

**A** もち性の大麦「ダイシモチ」という品種で、アントシアニンの色素により、収穫時期には、穂や麦の外皮が紫色に着色します。「もち麦」には、水溶性の食物繊維(β-グルカン含む)と不溶性の食物繊維が含まれています。また、「もちもちプチプチ」した食感が楽しめます。

## Q どうやって使うの?

**A** 一般的な「もち麦ご飯」と、応用編として、手軽でおいしくいただけるドーナツの作り方を紹介します。

### もち麦ご飯




<白米ともち麦の配分>

- 1割炊きの場合  
白米………405g  
もち麦………45g
- 2割炊きの場合  
白米………360g  
もち麦………90g
- 3割炊きの場合  
白米………315g  
もち麦………135g

<手順>

- ①お米ともち麦をすり合わせるイメージで、すすぎ研ぐ(とぎ水は、白く濁らなくなるまで取り替える)。
- ②水となじませるために、最低30分以上浸してから炊飯する。
- ③炊き上がったら10~15分ほど蒸らして出来上がり。

### もち麦ドーナツ



<材料>

- エコープむしパンミックス…200g
- もち麦…40g ○水…120ml ○卵…1個

<手順>

- ①もち麦を水で2~3回下洗いのする。
- ②下洗ったもち麦を鍋に入れ、水(120ml)で茹でてお粥を作る。(水が少なくなり、もち麦が膨らんできたら適量の水を足して調整する)
- ③ボウルに卵を入れて泡立てる。
- ④泡立てた卵に、先ほどのお粥とエコープむしパンミックスを加えて混ぜる。
- ⑤180℃に熱した油に2つのスプーンを使って落とし、全体がキツネ色になるように揚げて油をきる。
- ⑥お好みで粉砂糖やきな粉をまぶして出来上がり。

●ポイント・注意点  
※やわらかめのもち麦がお好みの方は、お粥の水量を200mlまで調整してください。

## Q どこで買えるの?

**A** おうみんち各店舗はもちろん、大津サービスエリア(上り)の販売ブース「滋賀乃市」などでも購入できますよ。



パッケージが  
近日中に  
リニューアルします!

中主営農センター  
施設管理課  
かわはら みちこ  
川端 美知子 課長補佐




# もち麦加工施設 稼働開始!

中主営農センター内に今年新たに設置した「もち麦加工施設」が本格的に稼働します。  
この施設は、安全・安心なもち麦を衛生的な環境で精麦・包装し、商品化するためのものです。  
当JAでは、「農家組合員の所得増大と農業生産の拡大」への取組みの一環として、もち麦の作付面積を昨年のおよそ2.3倍の12.1haまで増やし、生産拡大に取り組んでいます。




### 施設内の機械のご紹介


③ パッケージ室



② 集塵機



① 精麦機



「もち麦」の計量、袋詰め、金属探知を同時に行う場所です。写真左の「金属検出機」は、金属を探知すると画面上に「金属混入」と表示され、同時に大きな音が鳴ります。

精麦機でむけた皮を集める機械です。精麦機とパイプでつながっており、そこを通過してむけた皮が集まる仕組みになっています。

大麦を精白する機械です。加水して外皮を柔らかくし、麦粒同士の摩擦で皮をむいていきます。