

# 今月のイチ押し商品 一日一餅、手軽に玄米食 ムソーの「玄米もち」

## 本物の「お餅」を 食べたい

稲作の伝来とともに大陸から伝わったとされる「餅」。古くから日本人の生活や行事に欠かせない伝統食です。「でも近頃のお餅は、昔の味がしない」と思いませんか。

伝統的な餅の製法は、水稻もち米を蒸して臼と杵でつく「杵つき餅」です。しかし昭和50年代から、もち米粉やとうもろこし澱粉を蒸して“練った”餅が市場を席巻。コストを抑えた大量生産に向きますが、つく工程がないので、餅本来の粘りやコシがなく、煮るとドロドロに溶けてしまい、こういう“餅もどき”を買ってしまうと、がっかりすることに。さらに、餅の原材料に使われる米粉やとうもろこし澱粉は、原料原産地表示の対象外です。

## もち米生産者の 顔が見える

ムソーの玄米もちは、創業当時のロングセラー。伝統食を重んじ、マクロビोटニック生活を原点とするムソーにとって大切な品です。

原材料の水稻もち米は、井伊秀一さん(北

海道石狩郡新篠津村)の特別栽培米100%。井伊さんは、ムソー北海道特別栽培米の生産者・新篠津村クリーンあやひめ生産組合の一員で、「野菜、米作りの基本は土づくり」をモットーに、良質でおいしい農産物作りに取り組んでいます。



石狩平野の夏空の下、井伊秀一さん  
(北海道石狩郡新篠津村)

品種は北海道もち米の代表格「はくちようもち」。冷めても柔らかさが長持ちし、粘りが強いのが特徴です。もち米の田んぼは約2ha、収穫はあやひめより少し早く、今期は9月25日に刈り取りました。

## ぺったんぺったん、 杵でつく

協力工場は、契約栽培の良質なお米で玄米ごはんや玄米粥を作るコジマフーズ(愛

知県名古屋市)です。先代が玄米食事療法で健康を取り戻した経験から、「おいしくて身体にいいもの」を心がけ、材料、製法、栄養価にこだわった玄米商品を世に送っています。

一晚浸水した玄米を、まず大きな蒸し器で芯までしっかり蒸します。次に、スクリューで粒を押しつぶして団子状にし(荒づき)、臼と杵でついて仕上げます(杵つき)。機械は使いますが、蒸して・こねて・つく工程は、昔の餅つきそのもの。杵でつくことで、餅本来のコシと旨みが引き出されます。

白米よりも「かたい」「食べにくい」「炊くのがめんどう」…といったイメージの玄米。でもお餅なら、調理も簡単で手軽に食べられます。一日一餅の玄米もちで、手軽に玄米食の第一歩！玄米特有の香ばしさとほのかな甘みをご賞味ください。真空個包装なので、つきたてを味わえて、保存にも便利です。



### 21802 (ムソー) 玄米もち (特別栽培米使用)

315g(7個)  
¥580(本体価格)  
¥626(税込価格)

【原材料】  
水稻もち米(国内産)



### 21803 (ムソー) 玄米もち・よもぎ (特別栽培米使用)

315g(7個)  
¥580(本体価格)  
¥626(税込価格)

【原材料】  
水稻もち米(国内産)、  
よもぎ



## お餅のお供、鏡開きに

### 33648(山清) 有機つぶしあん (スタンド)

200g  
¥540(本体価格)  
¥583(税込価格)



〈調理例〉

### 21725(遠藤製館) オーガニック ゆであずき・缶入

250g  
¥356(本体価格)  
¥330(税込価格)



### 20939(ムソー) 国内産有機 きな粉

120g  
¥280(本体価格)  
¥302(税込価格)



### 20924(ムソー) 国内産大豆使用 きな粉

120g  
¥210(本体価格)  
¥227(税込価格)

