

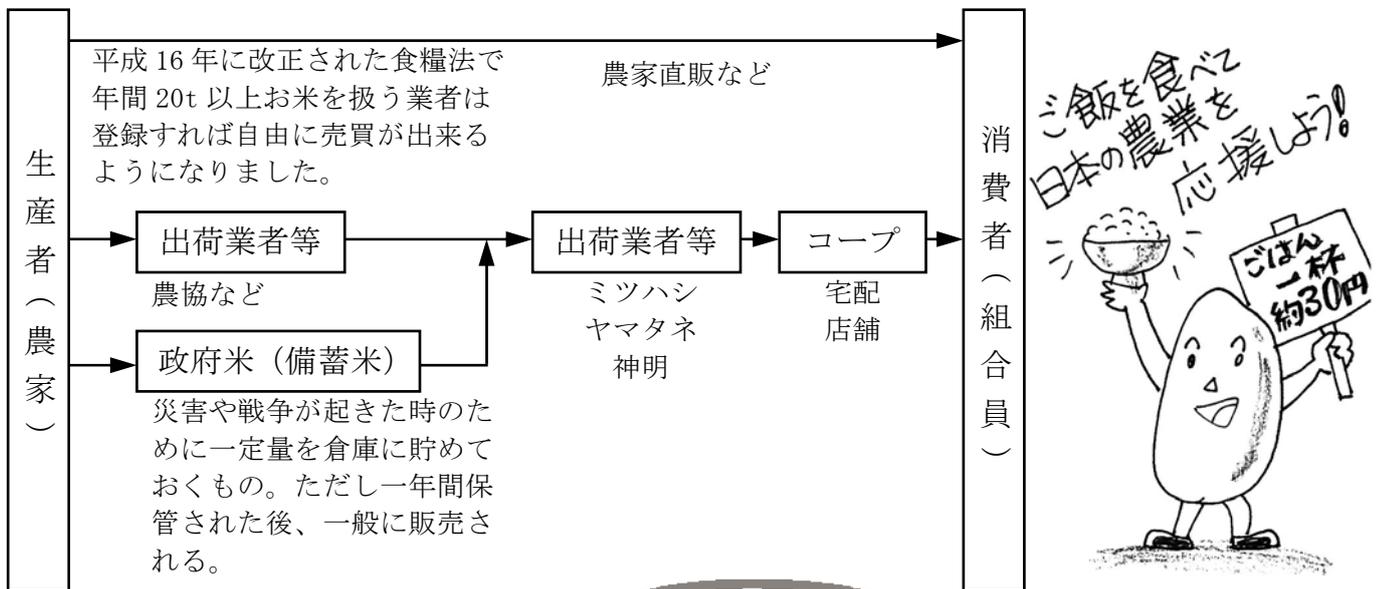
あなたはお米をどれくらい食べていますか？

コープの お米

「米・麦」の消費支出は2008年記入者平均では4342円で、「パン・めん・他」の4281円とほぼ同じでした。栄養的に和食が見直されている今、お米を皆で食べましょう！「新米」が美味しい季節になりました。が、「新米」の定義をご存知ですか？収穫した年の年末までに精米して梱包または包装したものに限り「新米」を表記します。

コープでは年末頃まで「新米」と表記します。

お米の流通



このマークご存じですか？

生協の農産物についているこのマークは農協、生産者グループを通じて栽培履歴の確認が出来ます。



産地、生産者と組合員が交流、圃場、保管設備の確認、点検を行っている「出どころ確かな農産物」です。

加工(精米)方法の違い

普通精米	玄米からヌカ層と胚芽を取り除いた米。一般的に売られているお米です。
無洗米	白米の表面についているヌカの粉を取った米。洗米の必要がありません。コープの無洗米は粘着力のある肌ヌカ、またはタピオカ澱粉を利用して精米しています。
玄米	籾を籾摺りし籾殻を取り除いた米。発芽に必要なビタミン類、脂肪分などを含んでおり栄養価が高い。圧力釜や玄米対応機での炊飯がお勧めです。
胚芽精米	お米の胚芽を80%以上残して精米した米。(普通精米は20%以下) その為、糠層が若干残っているため茶色っぽく見えます。

米粒(玄米)の断面図

