

稲穂の乾燥、脱穀作業、精米作業、保管に関して

合同会社九十九里振興の稲刈り体験にご参加いただきましてありがとうございます。お持ち帰りいただきました稲穂を「食育」の点から、ご家庭で幼稚園で、学校で、職場等でご活用いただければ幸いです。

<乾燥に関して>

稲穂部分を下にして吊るしてください。乾燥すると全体が白んできます。

天日干しが理想で、おおよそ7～10日程度の日数が必要です。

◎参考値◎ 稲穂の穀粒部の水分に関して

稲刈り体験時 約21～26%、直前まで降雨があった場合 約30%

脱穀時 約14～17%

<注>乾燥途中、または乾燥後 しばらく水に浸して、そのままにすると発芽する場合があります。その場合は、そのまま食べないようにお願いします。

<脱穀に関して>

全体が白みましたら、稲穂の部分を手で落としてください。十分に乾燥がされていれば、すぐに落ちます。事前に器や紙を用意されると便利です。

集めた穀粒を「すり鉢状」の器に入れて、下記のいずれかの方法を推奨します。

方法1：穀粒を太めの棒で軽くつつく

方法2：ゴマすりを行うように穀粒を軽く擦る

方法3：すり鉢の中で、軟式野球のボール等を使用して穀粒をこする。

十分に乾燥していれば、米粒と籾殻に分離されます。米粒はこの段階では、玄米です。

手作業で行うとたいへんな作業ですが、自身で手間をかけて得た玄米の日頃目にする
ことの無い輝きに驚くことでしょう。現在では、生産者の皆様は「籾摺り機」という機械
を使用しますが、機械化される前は「土ずるす」という装置を使用していたようです。「土
ずるす」「木ずるす」の本物を確認したい方は、千葉県印旛郡栄町の「房総のむら」で確認
できます。毎年11月第2土曜日あたりで脱穀、籾摺りの体験が予定されています。

<精米・料理に関して>

精米は、家庭用卓上精米機、スーパー店頭での精米機、お米屋さんをご利用
ください。玄米のまま食べる方法と白米に混ぜて食べる方法があります。

<保管に関して>

玄米は冷蔵保管が基本です。白米にしたら速やかにお召し上がりになりませ
んと、食味が損なわれる場合がございます。

残った「わら」はミニ門松制作に、籾殻は運動会時の「お手玉の中身」など、
形を変えて末永くご活用いただければと願っております。