



北播磨の風土と情熱が育んだ 酒米の王様！

山田錦 Yamada Nishiki



昼夜の大きな寒暖の差と粘土質の土壌をもち、豊かな清流に恵まれた兵庫県・北播磨地域。この北播磨地域で酒米品種の最高峰である【山田錦】は育てられています。誰もが知っている酒造りメーカーの名前が記された旗が、視界いっぱい広がる緑美しい稲穂の間をはためく様子はこの地域での名物的風景となっています。これは「村米制度」すなわち播州地域の酒米産地と特定の蔵元で始まった酒米取引制度(契約栽培)を表するもので、三木市吉川町を中心にいまなお続く産地と蔵元との強いつながりの象徴でもあります。

【山田錦】は兵庫県立農事試験場で父親品種「短稈渡船(たんかんわたりぶね)」と母親品種「山田穂(やまだぼ)」との交配により、1936年(昭和11年)に誕生しました。山田錦の生産量のうち約8割を兵庫県内で生産しています。粒が大きく「心白(しんぱく)」と呼ばれるおこめの真ん中の部分が明瞭であるため、日本酒の製造に欠かせない麴造りが容易にできるという特徴があり、数ある酒米の最高峰のひとつといわれています。

山田錦米粉の予約販売

※必ず事前にお問い合わせください。

株式会社フジタ精米人

〒675-1353 兵庫県小野市河合中町字蓬萊野 83-12
TEL.0794-66-7321(代) FAX.0794-66-7328



山田錦で多文化交流 パンケーキ

cooking ingredients

～材料3枚分～

たまご・・・2個

砂糖・・・大さじ2 (お好みできび糖でもよい)

山田錦米粉・・・50g

ベーキングパウダー・・・小さじ1 (いれなくてもよい)

ヨーグルト・・・30g

はちみつ・・・5g

バター・・・適量

recipe ～作り方～

- ①卵黄にヨーグルト、はちみつを混ぜ合わせます。
- ②①に米粉とベーキングパウダーを合わせて混ぜます。
- ③卵白に砂糖を合わせてハンドミキサーで混ぜてメレンゲを作ります。
- ④卵黄生地にメレンゲを3回に分けて加え混ぜます。
- ⑤フライパンにバターを溶かし生地を入れ蓋をして3分、ひっくり返して蓋をして2分焼きます。
- ⑥お好みのトッピングで楽しんでください。

メレンゲとは

卵白に砂糖を入れて泡立てたもの。ムースやケーキの生地に混ぜたり、フリッターの衣に加えたりします。メレンゲをオーブンで焼いたお菓子のことを指すこともあります。



cooking ingredients

フォー ~材料 2人分~

- 播州百日どり・・・1枚 身の方に切り込みを入れ1cm幅に切る
- 鶏ガラスープ・・・600ml
- 酒・・・大さじ2
- ナンプラー・・・大さじ2
- 生姜・・・1かけ 薄切り
- 塩・こしょう・・・少々
- もやし・・・1袋 きれいに洗う
- 小松菜・・・3株 4~5cm長さに切る
- 三つ葉・・・1/2株 2~3cm長さに切る
- 紅生姜・・・適量 / パクチー・・・適量
- レモン・・・2枚
- フォー(麺)・・・適量

 recipe ~作り方~

- ①お鍋に鶏ガラスープ、酒、ナンプラー、生姜、塩・こしょうと鶏肉を入れてコトコト煮込みます(アクをとる)
- ②鶏肉に火が通れば小松菜ともやしを加えます。
- ③器に茹でたフォーを盛り②のスープと具材を注いで三つ葉、紅生姜、レモンを飾ります。



山田錦で多文化交流

播州百日どりのフォー

(手打ちライスヌードル)

cooking ingredients

フォー(麺) ~材料 2~3人分~

- 山田錦米粉・・・50g
- 片栗粉・・・50g
- 水(湯)・・・90cc

 recipe ~作り方~

- ①米粉と片栗粉を合わせて、ふるいで振ります。
- ②熱湯を少しずつ入れながら、へらを使って混ぜます。
- ③ダマにならないよう良く捏ねて丸いボールにします。
- ④麺棒を使って打ち粉(片栗粉)をして生地を2~3ミリの厚さの正方形に伸ばし、生地を折りたたんで2~3ミリの幅に切ります。
- ⑤たっぷりのお湯で、沸騰してきたら麺(1人分ずつ)を入れ1分して浮いてきたらザルにとり、流水で洗い締めます。





山田錦で多文化交流 焼餃子・水餃子



cooking ingredients

～餃子(皮)25個～

山田錦米粉・・・100g
薄力粉・・・60g
塩・・・少々
熱湯・・・110ml

～餃子の具材～

豚ミンチ・・・120g
白菜(キャベツ)・・・300g みじん切り、塩をしてしばらくおく
塩・・・小さじ1
にら・・・1/3束 細かく切る
生姜・・・1かけ 皮をこそぎみじん切り
しょうゆ・・・大さじ1
酒・・・大さじ1
A | にんにく・・・1片分(すりおろし)
ゴマ油・・・小さじ2
味噌・・・小さじ1
酒粕・・・10g
B | 酢・・・大さじ2 / しょうゆ・・・大さじ4
酒粕・・・5g / 金ゴマ・・・5g
サラダ油・・・大さじ1

recipe ~作り方～

米粉、薄力粉、塩を混ぜ合わせて熱湯を少しずつ加えながらお箸で混ぜて生地が温度が下がってきたら手でこねて生地をまとめます。生地を25等分に分けて綿棒で円形に伸ばします。

recipe ~作り方～

①Aの調味料を合わせておきます。
②白菜の水けを絞り、豚ミンチ、塩、にら、生姜と混ぜて練ります。
③②にAの調味料を加えて混ぜ合わせます。
④米粉餃子の皮で③の具材を包んでいきます。
⑤フライパンにサラダ油を熱し、④を並べて焼き色が付くまで強火で焼きます。
⑥焼き色が付けば湯(50ml)を回し入れて蓋をし、弱火にして水分がなくなるまで蒸し焼きにし、最後は蓋を取りしっかり水分を飛ばします。
⑦Bの調味料を合わせて酢醤油でいただきます。
※水餃子にしても美味しいです！
(熱湯で7～8分茹でます)



山田錦で多文化交流 肉まん

cooking ingredients

～生地 12個分(1個40g)～

山田錦米粉・・・330g
長いも・・・210g 皮をむいてすりおろす
塩・・・少々 / 酒粕・・・10g
サラダ油・・・大さじ1

～肉まんの具材～

豚ひき肉・・・200g
長ねぎ・・・1/3本 みじん切り / 生椎茸・・・3枚 みじん切り
しょうが・・・1かけ みじん切り / しょうゆ・・・大さじ3
砂糖・・・大さじ2 / 塩・こしょう・・・少々 / ごま油・・・大さじ1



recipe ~作り方～

※冷めると皮がかたくなりやすいので、蒸しなおすか電子レンジ(かるく水をかけ)でラップをして温めると柔らかくなります。

①ボウルに米粉、長いも、塩、酒粕、サラダ油を合わせてなめらかになるまでこねます。
②生地をまとめてラップをして15分ほど休めてから12等分に分けます。
③みじん切りにした野菜と豚ひき肉、調味料を粘りが出るまで混ぜ合わせ12等分にします。
④肉まんの皮は打ち粉をしたラップに挟み、綿棒か手の平で円形に伸ばします。
⑤皮の中心に具をのせて包み、蒸し器で15分程蒸します。



山田錦で多文化交流 トルティーヤ

cooking ingredients

～材料生地6枚分～

山田錦米粉・・・160g
熱湯・・・140ml
塩・・・少々
オリーブオイル・・・大さじ1

～タコミート～

合いびきミンチ・・・200g
たまねぎ・・・1/2個 みじん切り
にんにく・・・1かけ みじん切り
ケチャップ・・・大さじ2
ウスターソース・・・大さじ1

～トッピング～

レタス、ハーブ、トマト、紫たまねぎ、ソーセージ、ピザ用チーズ、レモン汁、コーン缶、タバスコ

recipe ~作り方～

～トルティーヤ～

①米粉、熱湯、塩、オリーブオイルを混ぜ冷蔵庫で20分間寝かします。
②①の生地を6等分に綿棒で薄くのぼして両面を焼きます。

～タコミート～

①フライパンにサラダ油とにんにくを入れ火にかけて香りが出てきたらたまねぎを加えてしんなりするまで炒めます。
②①に合いびきミンチを加えパラパラになるまで炒めて調味料を加えて水分がなくなるまで炒め合わせます。

～盛り付け方～

トルティーヤの上にレタス、ハーブ、トマト、紫たまねぎ、ソーセージを並べてミートをおきチーズやコーンをかけてレモン汁を絞ります。