

【号外】またまたキヌアがテレビに…！

スーパーフードと人気の「キヌア」！またテレビで放送されるそうです。

フジテレビ・関西テレビ系列

毎週火曜日 21:00～21:54 「発見！ウワサの食卓」

<http://www.ktv.jp/shoku/index.html>

(放送時間は地域でご確認下さい)

お笑い芸人のスギちゃんが『ダイエットに挑戦』と番組のホームページに出ていました。

新婚のスギちゃんがキヌアを使ったダイエットに挑戦。

それを支えるのは婚姻したばかりの奥さん！

キヌア入り餃子やハンバーグなど紹介されるそうです。

バラエティ番組なので主役は「スギちゃんの奥さん・・・かも」放送内容が楽しみです。

□キヌアとは

キヌア(Quinoa)は南米原産のヒユ科アカザ亜科アカザ属でアカザやほうれん草の近縁種。

南米のアンデス山脈において数千年前より栽培されている穀物。

チアシードやココナッツオイルと並び栄養価の優れたスーパーフードの 1 つに数えられ、

玄米と比べ、たんぱく質は 2 倍、鉄分とカルシウムは 10 倍も含まれます。

[たんぱく質 14.1g、鉄分 4.57mg、カルシウム 47mg]

年間雨量が少ない温帯地域（ステップ気候）での生育が可能で多くの作物が育たない土地での栽培が可能。高地の冷涼な地域でのみ生育し生産国もほぼペルーやボリビア周辺に限られる。

□世界のキヌア市場

1990 年代に NASA が理想的な宇宙食の素材の一つとして「21 世紀の主要食」と評価。

2013 年は国連が定めた国際キヌア年だったこともあり、世界での消費が飛躍的に伸び価格高騰の一因となった。

またハリウッド女優がキヌアを美容の秘訣として挙げたことも知名度を上げる要因となった。

キヌアの厳しい環境への適応性とその高い栄養価から、各国でも栽培が試みられているが、現時点で生産国は原産地であるアンデス高地のペルーとボリビアが 2 大産地で、3 位に大きく引き離されエクアドルとなっている。

他にも栽培に成功した地域はあるものの、商業ベースに乗せられる生産地はペルーとボリビアを除きないことから価格が安定しないのもキヌアの特徴の 1 つ。

□日本のキヌア市場

2014 年の輸入額は前年比 107.4%増と倍増。12 年から 13 年にかけても 3 倍近い伸びであった。日本への輸入実績も世界シェアと同じくペルー産とボリビア産が 99%以上。

~~~~~  
有楽町のシリアルSHOP

ミランダ・カーさんが食べているキヌアを使った美肌ごはんレシピがテレビで放送されたり、スーパーフードとして紹介されたり市民権を得た感じの「キヌア」！  
実はそのままでも食べられる「キヌア」が有ることを知っていますか？

素材感を残し特殊な加工したキヌアはサクサクとした食感と香ばしい味わい。  
添加物や薬剤など使用していません。

商品名「パフソフト キヌア」

香ばしさとサクサク食感で、いろいろなアレンジ料理に使えます。  
クルトンみたいにサラダのトッピングや、ご飯にふりかけたり。  
シリアルに加えてみたり。  
実は製菓製パン材料にお薦め！  
是非、試してみてご自慢のレシピを教えてください。

他にも従来のキヌアも取り揃えています。

有楽町のシリアルSHOPではオリジナルのマイグラノーラや、世界の穀物を販売  
穀物の多様性・食物繊維の提案をしています。是非お立ち寄り下さい。

シリアルSHOP

東京都千代田区有楽町 2-10-1 交通会館内

TEL03-5220-7700/FAX03-5220-7701

配信元 株式会社ライスアイランド <http://www.riceisland.co.jp/>