

# 天皇陛下も愛したオートミール…使い方いろいろ

みなさん、こんにちは！

穀物繊維をテーマに雑穀・大麦・シリアルを提案しています  
ライスアイランドメールマガジン♪

明日 10月22日は天皇陛下の皇位継承と即位を  
お祝いする式典が行われますね！

実は先々代の昭和の天皇陛下は  
主食でオートミールを召し上がっていたとのこと。  
今日は「オートミール」について見ていきます！

## ■ 昭和天皇とオートミールの深いつながり

オートミールとは  
オーツ麦（燕麦）を脱穀して食べやすく加工したものです。  
近年ではグラノーラの主原料として  
オーツ麦を目にする方も増えたのではないのでしょうか？

宮内庁の料理番を26年間務めた  
谷部金次郎氏の著書「昭和天皇と鰻茶漬」によると  
昭和天皇は朝食で、オートミールとコーンフレークを  
交互に召し上がっていたとのこと。

天皇陛下のお食事というと  
豪華な食材やコース料理などを想像してしまいがちですが  
意外と質素というか庶民的な食事だったのですね。

オーツ麦は小麦と違い、日照の弱い地域でも生育する特性があります。  
したがって、生育時に日照から粒を守る必要性が低く  
外皮が柔らかいため、精麦する必要がなく皮ごと調理できて  
食物繊維もしっかり摂取できる…というワケですね♪

■ もっと使い方がいい♪ 薄いタイプのオーツ麦

冒頭でもお話しした通り

グラノーラをはじめ、オーツ麦を使った商品が増加中。

食物繊維強化を目的として

焼菓子の生地への練り込みに多様されています。

当社でも二種類のオートミールをご用意しています。

一般的なオートミールと比べて

厚みのない（薄い）タイプも品揃え♪

より吸水しやすく、歯ごたえもソフトなので

- ・焼菓子の食感を軽くする食材として
- ・スムージーやヨーグルトドリンクなど飲料の粒感プラス
- ・スープに食事感をアップする具材
- ・サンドウィッチの食べやすさ&健康感アップ

など、様々な使い方ができますので

是非、メニュー開発や商品開発にご検討ください！

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