

# マツコの知らない世界 1月14日放映のおはぎの世界より

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♪

今回は特別号です！！

SNS映えする「おはぎ」が密かな話題になっています。  
今週火曜日に「マツコの知らない世界」でおはぎの世界が放映されました。  
最高級おはぎから、罪悪感ゼロの救世主おはぎ  
味も抜群でダイエット中でも食べられるおはぎが紹介されました。

## ■「おはぎ」でアジアチャンピオン！？

おはぎの世界を教えてくれた安井友梨さん。

この方はフィットネス界のビキニ女王で、日本選手権5連覇中。

そんな彼女が、おはぎを欲望のまま食べまくっているんです。

体づくりに欠かせないおはぎで、アジアチャンピオンも

「おはぎ」のおかげなんだそうですよ。

体を鍛える一方で、年間1100個のおはぎを食べ尽くしているのだそうです。

(すごい・・・)

## ■おはぎは最高の栄養源

もち米はエネルギーになりやすく抗酸化成分も豊富で疲労回復に、

小豆はポリフェノールとカリウムが豊富でむくみ解消に◎

このコラボによってできるおはぎは、

小豆が炭水化物の消化を良くしてくれるベストマッチ♪

おはぎでの体づくりは、ラグビー日本代表にも。

マッチミールに出ていたアスリートフードカーボローリングで

エネルギーを体にため込んでおく食事法もあるのだそうです。

## ■おはぎの種類もさまざま

### <絶品おはぎ>

- ・こめ蔵 粒感のある大きくてずっしりと重い半殺しおはぎ
- ・京都祇園 白のNo.1 あんこおはぎは、ミシュラン2つ星料亭の手土産で  
安井さんはもはや飲み物だと言っていました・・・

### <SNS映えおはぎ>

タケノとおはぎのおはぎは、SNS映えする  
無添加の薔薇の花のおはぎで美術館のようなお店で、  
プレゼントにすると絶叫されるそうです。

### <ダイエット中でも食べられる救世主おはぎ>

- ・東京蔵前の結わえるのおはぎは、  
中のお米が寝かせ玄米はもち米でなく、きな粉っぽさが特徴。
- ・ミレットマルシェソラのおはぎは、黒米の中にあんこがイン、  
ポリフェノールで抗酸化と美肌効果雑穀を使ったカフェで  
食べた満足感が残るおはぎ

その他にも、抹茶あん、くるみおはぎ、梅おはぎ、さつまいも  
おはぎなど個性的なおはぎもたくさんあります。

## ■ここからは玄米おはぎの原料紹介の世界

### ・Gカット黒米

黒米は玄米ですからおはぎに使うには、炊飯器の炊き込みでできます。  
黒米は外皮が黒いだけですから、玄米の状態でお使いいただくことになります。  
ポリフェノールで彩りと栄養をプラスして女性に嬉しいことづくしです。  
レモンをかければピンクの鮮やかな色に変わりますので、  
ピンクのおはぎにもできます！  
黒米を外側、内に餡で使えば、見た目のインパクト大です！！  
うるち米ともち米がありますので、ブレンドで粘り方をコントロールできます。

### ・Gカット玄米

もち米にブレンドするだけで、いつもとは違ったあっさり感とプチプチの粒感に。  
「半殺し」の食感を簡単に再現できます。

・ Gカットもち玄米

いつも使っているもち米の代わりに玄米 100%使用で健康おはぎが出来ます。

もちもち感を残しつつ、もち米特有のねたつとした食感があっさり仕上がります。

・ Gカット雑穀玄米（もち玄米タイプ）

黒米の見た目と、もち玄米のもちもちあっさり味を表現できます。

100%でも使えるおはぎに使える雑穀ブレンド

精白もち米に混ぜておはぎに使える雑穀ブレンド

Gカットにはうるち玄米雑穀もあり、プチプチ感であっさりとした見た目の新しさです。



スーパーマーケットトレードショー2020に出展します

2019年2月12日（水）13日（木）14日（金）@幕張メッセ

出展ブース番号【5-303】

<http://www.smts.jp/>



株式会社ライスアイランド

（岐阜本社）岐阜県岐阜市香取町3丁目38番地

TEL 058-253-0303 FAX 058-252-5115

（東京営業所）東京都千代田区有楽町2-10-1 交通会館 1F

TEL 03-5288-7700 FAX 03-5288-7701

※アンテナショップ【穀物繊維倉庫】も併設！



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