

## くまもとのおいしいお米



### 三度のときめき (ヒノヒカリ)

県産ヒノヒカリは  
平成20年産から連続で「特A」獲得

「三度のときめき」とは「朝・昼・晩、三度のごはんを食べるたびに胸がときめく」という意味です。味・香り・粘りの三拍子そろったお米です。



### 森のくまさん

粘りがあってとてもおいしい熊本県オリジナルのお米です。



### コシヒカリ

全国的な銘柄で、ふっくら・つややか、薫りの高いお米です。

### 熊水そだち (くまさんの力)

白い濁りが少なく、おいしい熊本県オリジナルのお米です。

### 水稻主要品種作付地域区分

熊本県では、温暖な沿岸部から、寒冷な山間部まで、それぞれの気候に合った品種が作られています。



©2010 熊本県くまモン



### おいしいごはんの炊き方

#### 1 お米を洗う

お米についた、ぬか等を洗い流すため、たっぷり水を注ぎ、手早く大きくかき回し、洗い水を完全に捨てます。※1回目の洗いは素早く捨てます。4~5回繰り返して洗いましょう。※あまりゴシゴシ研ぎすぎると米にヒビが入ったり、割れたりしますので注意しましょう。



#### 2 水加減

標準的には、洗う前のお米の容量の約1.2倍~1.5倍が目安です。お好みの水加減を決めてください。



#### 3 水につけておく

炊飯器のスイッチを入れる前に、お米に水を吸わせるため、30分~1時間水につけておきます。



#### 4 炊く・蒸らす

あとは炊飯器のスイッチを入れるだけ。蒸らし機能がない釜(ガス釜等)は、蒸らし(約15分間)を忘れずに行いましょう。



#### 5 シャリきり

すぐに食べなくても蒸らし終了時にはシャリきりで余分な水分を飛ばし、全体をムラなく混ぜましょう。ごはんの粒を潰さないように十分注意しましょう。



### 「くまさんの輝き」販売戦略プロジェクト



くまもと売れる米づくり推進本部

くまもとのお米 検索



つやつや、ぴかぴか、くまもとのお米



## くまさんの輝き

KUMASAN NO KAGAYAKI

「くまさんの輝き」販売戦略プロジェクト

