

三間米で地域の魅力を伝えよう ～米粉のパンづくり～

1年1組1番 赤松亜季
1年1組5番 井上侑
1年1組25番 本田梨花
1年2組4番 稲田夏帆
1年2組10番 柿山湊恋
1年3組36番 水野椎菜
指導教員：竹内忍

目的

- 1、米の供給量の低下、農家の後継者不足などの課題を解決する。
- 2、地域の特産品を使い、地域活性化を促進する。
- 3、子供から大人までアレルギーの心配なしで食べれるパンを作る。

→三間米を使った米粉パンを作って、
公共の場目的で販売する

仮説

- ・公共の場で販売することによって地域の魅力が伝わるのではないか
- ・地域で活用されていない特産品を使うことで地域活性化につながるのではないか

研究方法

- ① 水分量、油分の配分などを変える。
- ② 小麦粉で作ったパンと焼き上がりの膨らみ、食感味などを比較してよりおいしいパンにする。
- ③ 公共の場で販売し、地域の魅力を知ってもらう。

参考文献

[米粉アレルギーの原因・症状・対策：米粉製品の選び方から外食時の注意点まで徹底解説](#)

米粉

小麦

グルテン	形成しない 米粉パンはグルテン添加	形成する 生地は弾力性や強度あり
油吸収	21% サクサク感が長く継続	38%
アミノ酸スコア	63 白米のスコア	41
でんぷん	80% 水分をよく含む	45%

先行研究

小麦...グルテンが含まれる

↳グルテンがアレルギー症状の原因になっている。

米粉...グルテンが含まれていない

しかし、米に含まれるタンパク質が小麦のグルテンと似ているためにアレルギーを引き起こす可能性がある。