



😊 ごちそうさまでした😊



天のつぶ×チャーハン



※本パンフレットで使用している写真はイメージです。実際のお米やほ場等とは、異なる場合がございます。



福島県水田畑作課

〒960-8670 福島県福島市杉妻町2-16 TEL.024-521-7360
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/>



天のつぶ

福島県オリジナル品種

福島県

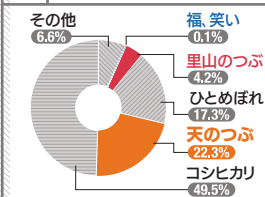


「ふくしまの米」づくり

全国で3番目に広い県土を有する福島県は、豊富な水源と肥沃な大地に恵まれ米づくりに適しています。南北に走る3つの山並みによって、西から『会津』、中央の『中通り』、太平洋に面した『浜通り』の3地域にわけられ、それぞれ地域の特性を活かした米づくりが行われています。恵まれた環境のもと生産者の熱意と取組が、毎年高い品質と安定した収量に繋がっています。福島県の米づくりの現状と取組をご紹介します。

データで見る福島県の米づくり

01 品種別作付割合



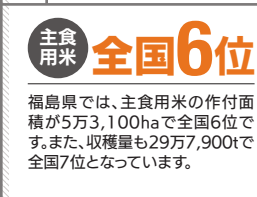
※令和5年作付用種子配付数量からの推計 (福島県調べ)

02 栽培に適した気象条件



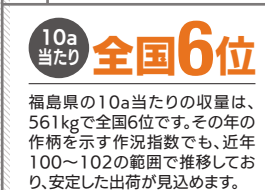
※令和元～令和5年8月～9月の平均 (気象庁過去の気象より)

03 作付面積と収穫量



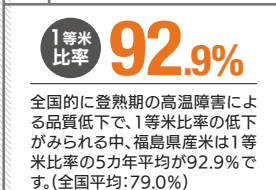
※令和5年産水陸稲の収穫量 (農林水産省調べ)

04 安定した収量



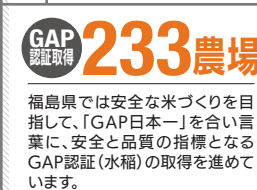
※令和元～令和5年産米 (農林水産省 作況調査より)

05 安定した品質



※平成30～令和4年産米 (農林水産省 農産物検査結果より)

06 安全な米づくり



※令和5年3月31日現在 (福島県調べ)

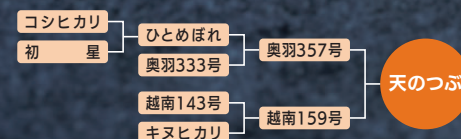
福島県オリジナル品種

「天のつぶ」の魅力

平成23年(2011年)にデビュー。粒ぞろいが良く、光沢があり、しっとりとした食感が魅力で、冷めても美味しいのが特徴で、炒飯・丼物・すし飯・弁当に最適な品種です。

県内全域で栽培されていて、等級低下の原因となる白未熟粒の発生が少なく倒伏もしにくいことから、天候に影響されにくい安定した品質と収量が見込めます。

■系譜 ■千粒重 22.7g(コシヒカリ 21.9g)



福島県内での「天のつぶ」栽培状況

天のつぶの収穫量

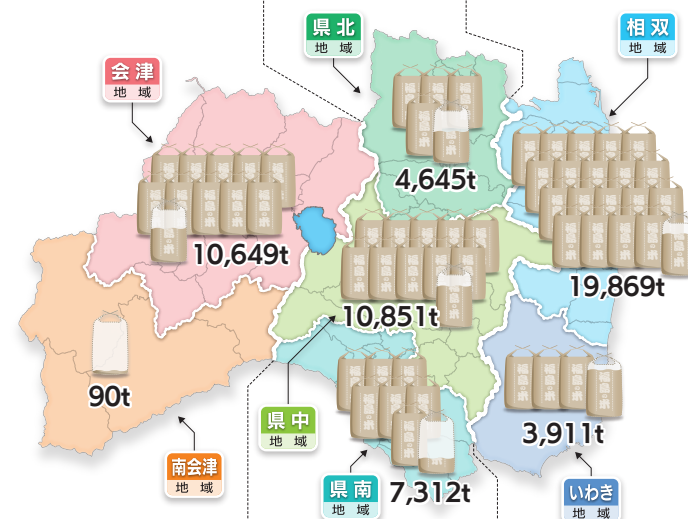


※令和5年産米 (福島県推計値)

地域別		収穫量(t)		収穫量(t)				
会津	会津	10,649	中通り	県北	4,645	浜通り	相双	19,869
	南会津	90		県中	10,851		いわき	3,911
				県南	7,312			

品種の魅力が知られるとともに、作付が広がり、収穫量が増えています。

「ひとめぼれ」や「コシヒカリ」に比べ耐倒伏性に優れた「天のつぶ」は、いもち病(穂いもち)にも強く、栽培しやすい品種です。デビュー以来、その魅力が知られるとともに福島県全域に作付が広がって、今後も安定した品質と収穫量が見込めます。



生産者が伝えたい「天のつぶ」の魅力と取組

種子生産で品質安定を後押し

優良種子の生産で「天のつぶ」の作付を足元から支えている農家の方に、「天のつぶ」の魅力や栽培の取組などを伺いました。
なかでも長年、栽培しているからこそ分かる「天のつぶ」の良さを教えていただきました。

天のつぶは
美味しいお米です。
少しでも多くお米を食べて
いただければと
思います。



「天のつぶ」生産者

佐藤 敬さん (いわき市)

水稲を6.5ha作付する米農家。その内4.5haに「天のつぶ」を作付する佐藤さんは、「主食用米」(1.5ha)の他に、高い栽培技術と安定した品質が求められる「種子」(3ha)を生産しています。2021年FGAP認証取得



穂ぞろい期を迎えた水田では、晴天の午前中に次々と開花する「稲の花」がみられます。

Q1 生産者が感じる「天のつぶ」の良さとは

我が家では1年を通して食べている飽きない美味しいお米です。

現在は4.5ha(内1.5haが主食用米)の「天のつぶ」を栽培しています。
食べてみた印象は、粒張りが良く、食味も良いので、良いお米が登場したと思いました。いまでは我が家は1年を通して「天のつぶ」を主食用として食べています。

Q2 実践している生産の工夫や取組は

作付前の土づくりと農作業の省力化にも取り組んでいます。

種子生産の経験から、生産性の向上と品質を良くするために、土づくりに力を入れています。
作付前に土壌分析を実施し、結果をもとに土壌改良資材を散布するなどしています。
また、農作業の省力化や事故防止にも、積極的に取り組んでいます。



農業用ドローンの活用で防除等の省力化を実現。
スマート農業にも積極的に挑戦!



収穫期が近づき黄金に輝く稲穂。
一年の作業が報われる、刈り取りの瞬間を迎えます。

炊飯の専門家が感じた「天のつぶ」の特徴

外は「しっかり」、中は「ふっくら」で 油や汁が染み込み過ぎない良いお米。 炒飯、丼物におすすめ。



業務用厨房機器総合メーカー

株式会社AIHO
炊飯研究課 顧問
鈴木 好司さん

福島県産米は、「日本でもトップクラスに粒が大きい」のが特徴です。粒が大きいお米は炊きやすく、均一な炊き上がりになります。また美味しいお米の重要な要素の「ツヤ」と「粘り」のもととなる「**味度値(おねば)**」が、一般のお米より1~2割程度高いのも特徴です。これらのことから福島県産米は、「ツヤと粘りがあるお米」と言えます。

さらに「天のつぶ」は、表面が「しっかり」していて、適度な粘りがあるので、「**食べるとさっぱりと、のど越しが良く、中はふっくらしたお米**」です。

表面がしっかりしているので、**油や汁が染み込み過ぎず「ベチャベチャ」した食感にならず、「炒飯」や「丼物」に調理して食べるのがおすすめです。**

また、時間が経過しても**硬さや腰などの「食味値」の変化が少ないので、炊きたてはもちろん「おにぎり」や「酢飯」でも美味しくいただけます。**

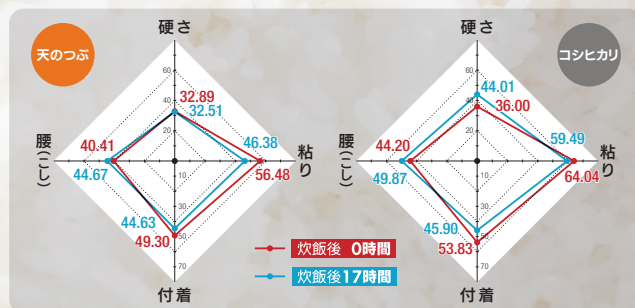
■食味チャート

炊飯測定結果

項目	天のつぶ	コシヒカリ
炊飯機器	白飯/IH	
炊飯量	450g	
加水率	90%	
米飯増加率(倍)	2.31	2.27
米飯含水率(%)	62.7	60.0
味度値(おねば)	83	84
食味値(炊飯後0時間)	76	85
〃(炊飯後17時間)	72	84

「硬さ」 ご飯を噛んだ時の硬さ(最大値) 「腰(こし)」 ご飯を噛んだ時の弾力(噛む時の仕事量)
「粘り」 ご飯から歯を引き離す時の粘着力(引き離す時の仕事量) 「付着」 ご飯から歯を引き離す時の強さ(最大値)

そしゃく測定値と評価(時間経過による違いと、コシヒカリとの比較)



<株式会社AIHO 炊飯テスト報告書より>
※味度値、食味値は100点満点でのスコアです。

おすすめの食べ方

天のつぶ

バラバラ、モチリ!

炒飯

食べれば
違いがわかります。
炒飯との相性が
濃く良いです!



中華料理

炒飯専門店 東や3代目 オーナーシェフ

東 孝之さん (いわき市)

昭和23年(1948年)横浜市で食堂として創業。
10年後いわき市に移転し64年間営業。一昨年末、
家族の体調悪化によりやむなく閉店しましたが、
地元の仲間の応援もあり昨年(令和5年)6月に
炒飯専門店として再オープンしました。

「台湾高雄市の友人が絶賛した『天のつぶ』の炒飯を、
国内はもちろん海外のお客様にも食べて欲しい!」と
熱く語るオーナーシェフ!

Q1 素材としての「天のつぶ」の魅力は

炒飯に相性が良い3つの理由。

1つ目は冷めても美味しいこと。2つ目が粒が大きくて食べごたえがあること。3つ目が油やしっかりした味付けと相性が良く、炒飯に最適なお米だと思います。
他のお米でも試したのですが、「天のつぶ」は短時間で手早く調理でき、仕上がりもバラバラで、しかもモチリした食感になります。台湾高雄市の友人も美味しいお米だと絶賛でした。

やみつき! 納豆ラー油炒飯レシピ

材料(1人分)

- ご飯(天のつぶ・300g)
- 卵(Mサイズ1個)
- 納豆1パック(タレ付き)
- 食べるラー油(小さじ1)
- 塩(3g)
- コショウ(適量)
- 油(大さじ3)
- 豆苗(お好みで)
- 削り節(お好みで)

作り方

- ① ご飯の用意
【炊きたてご飯の場合】炊飯器から出して30分程度冷ます。【冷蔵庫の残りご飯の場合】ラップをかけて電子レンジ(500W)で1分半~2分程度温める。ご飯が硬いときは、日本酒(大さじ1)を一振りしてから温める。
- ② 卵は溶かすに容器に移しておく。(予めご飯と卵を混ぜておいても良い)
- ③ 納豆と付属のタレを混ぜ合わせる。
- ④ フライパンが温まったのを確認してから油を入れる。つぎに卵、ご飯の順番で手早く入れる。

- ⑤ 家庭では温度が下がるので、フライパンは振らずに、ヘラを使って素早く切るように混ぜ合わせ炒める。(30秒~1分間は炒めることに集中)
 - ⑥ 8割程度混ぜたら、塩・コショウを入れ30秒程度さらに炒める。
 - ⑦ 納豆とラー油を入れて、サッと炒め全体が混ぜたら完成です。
 - ⑧ お好みで豆苗・削り節をトッピングします。
- ※納豆・豆苗が炒飯に不足しがちな栄養素を補い、ラー油・削り節が納豆のニオイを抑えてくれます。

※写真はイメージです。実際の提供状況とは異なる場合がございます。