

Project A プロジェクトA

「松前町内を満たす活動」町内の飲食店におやつを開発してもらう。



芽吹きと実りの はだか麦プロジェクト

平成 28 年度始動。はだか麦を使ったおいしくヘルシーなおやつを開発する取り組み。

Project B プロジェクトB

「松前町外へ拡げる活動」プロジェクトチームを結成し、今までにない新カテゴリのおやつを開発する。

おいしいヘルシーなおやつ
おやつ開発のテーマは、はだか麦の素材を生かし「おいしくヘルシー」なものを作るということです。このテーマの下、主に二つのプロジェクトを実行しました。

一つ目は、町内の飲食店におやつを開発してもらう「町内を満たす活動（プロジェクトA）」です。おやつを開発した飲食店を「はだか麦おやつ認定店」に認定し、おやつを通してより多くの人にはだか麦を認識してもらうために活動しました。

二つ目は、プロジェクトチームを結成し、今までにない新カテゴリのおやつを開発する「町外へ拡げる活動（プロジェクトB）」です。料理研究家や大学教授にも協力を依頼し、素材の利用方法の研究をはじめ、調理方法や加工食材としての提供方法を検討し、各種レシピの作成にも取り組みました。

両プロジェクトとも、試作品のテスト販売を積極的に行い、さまざまな人の意見を集めて協議を重ね。約1年を経て、ついにおやつが完成。3月28日に試食会と記者発表も行いました。次のページから、完成したおやつを紹介します。

LDL コレステロール低下や血糖値を抑制
機能性食品として注目

Interview はだか麦の特徴

はだか麦の成分で特徴的なのは、白米の10倍以上になる食物繊維です。はだか麦は、水に溶ける食物繊維「 β -グルカン」を多く含んでいます。

β -グルカンが多いと、糖質や脂質の吸収が抑えられ、満腹感を得やすくなるとともに、腸の運動も活発になります。そして、 β -グルカンが多い食品は、動脈硬化の原因と言われる血液中のLDLコ

レステロールを低下させるほか、糖尿病や心臓病のリスクを高めると考えられている血糖値の上昇を抑制するなど、機能性食品として注目されています。

現在の食事形態では、食物繊維を多く含む食事は減っていますが、健康な生活を送るため、たくさん摂取することが推奨されています。松前町の特産品である「はだか麦」をはじめ、日本食の良さを再認識し、さまざまな食材を楽しんでください。

愛媛大学大学院農学研究科
渡部 保夫 教授



はだか麦 Naked barley

大麦の一種。脱穀すると、簡単に殻である穎（えい）から麦粒がとれることから、「はだか麦」と呼ばれている。



特集

「はだか麦おやつ」で 彩る食卓

5月、町内の田んぼが緑色から黄金色へ模様替えします。育てられているのは「はだか麦」。町の特産品です。

この町の特産品をより多くの人に知ってもらおうと、町は、平成28年度にあるプロジェクトを開始しました。

今回はその内容を紹介しながら、改めてはだか麦の魅力を考えます。

30年連続生産量が日本一

愛媛県は、はだか麦の生産が盛んです。平成28年産の生産量は日本一。30年連続、日本一の生産量を誇っています。

そして、日本一を誇る愛媛県の中でも三大生産地の一つに挙げられる町が、私たちが住んでいる松前町です。28年産のはだか麦の作付面積は239ヘクタール。松前町の面積は2041ヘクタールなので、約10分の1を占める広さではだか麦が生産されていることが分かります。

はだか麦をより多くの人へ

このように、はだか麦は町が誇る特産品ですが、収穫後は押し麦のように目に見える状態ではなく、加工されたり粉にされたりして使用されることが多いため、町内でもはだか麦になじみのない人が多いのが現状です。

そこで、より多くの人にはだか麦を知ってもらうため、町は誰もが手軽に食べることができる「おやつ」をキーワードに、「芽吹きと実りのはだか麦プロジェクト」を開始させました。



町内の4店舗が、はだか麦を使ったヘルシーでおいしいおやつを販売中です。



Project Aの活動成果を紹介 はだか麦認定おやつ店



はだか麦のピザ・パニーニも開発中
Pizzaiolo (ピザ職人) 内藤 洋光さん

menu pudding

Pizzeria girasole

クレーマ
カラメッロ



はだか麦のパイを土台にした、全体的にまとものある焼きプリンです。「おいしい上に、体にいいもの」を作りたいと思い考案しました。パイにプリンの液を染み込ませ、はだか麦の香ばしさが生かせるようにしています。



Pizzeria girasole

鶴吉 820 番地 1

☎ 994-5298

11～15時、18～23時

定休日 木曜日

menu cookie

農家 café いなや茶屋

はだか麦と
ローズマリーのクッキー



はだか麦とローズマリーを使ったヘルシーなクッキーです。「食べやすく、作りやすいものを」と思い考案しました。水分量を工夫して、さくさく、ほろほろとした食感が出るようにしています。カフェでも、お持ち帰りでも食べられます。



農家 café いなや茶屋

東古泉 132 番地

☎ 090-1581-7211

10～18時

定休日 火曜日



他のはだか麦を使ったおやつも多数販売中
オーナー 早瀬 はるなさん

menu donut

Patisserie
Lough & Rough

はだか麦の焼きドーナツ



「皆さんが買いやすく、食べやすいものを」と思いドーナツを考案しました。はだか麦の特長を生かし、素材の味と香りを感じてもらえるように作っています。窯焼きなので、油っぽくなくとてもヘルシーです。



Patisserie
Lough & Rough

筒井 876 番地 12

☎ 985-3366 10～19時

定休日 月曜日(祝日の場合は火曜日)、木曜日



旬な果物などを使ったお菓子を販売中
オーナーシェフパティシエ 泉 寛治さん



新鮮な卵を使ったお菓子を販売中
オーナー 宇都宮 久さん



menu cookie&rusk

たまごや

そのまんま
クッキー & ラスク



「簡単に誰でも作れるものを」と思い、はだか麦粉100%のクッキーとラスクを考案しました。添加物は一切入っていません。ラスクは、パンではなくスポンジ生地を使っているため、サクサクとした食感になっています。



たまごや

出作 553 番地 5

☎ 984-2491

10～18時

定休日 水曜日



Profile プロフィール
お菓子の専門学校を卒業。パン屋やカフェで働いた後、料理研究者として独立。料理教室をメインに雑誌、WEBへのレシピ提案を行っている。東京在住。

料理研究者
夏井 景子 先生 **Interview**

はだか麦の特性を生かし、ヘルシーさがアピールできるように工夫しました。材料や調理方法をシンプルにして、どこの家庭でも作ることができるようにしています。

はだか麦と言われ、ピンとくる人はまだ少ないと思います。はだか麦を使ったおやつを通じて、いろいろな人がはだか麦を知るきっかけとなればと願っています。



1_試作品がずらりと並ぶ 2_はだかむぎゅを試食した松前保育所の子どもたち「おいしい。家でも食べたいな」



▼民間事業者考案「はだか麦おやつ」



はだか麦
ラスク
(まさき村)



はだか麦
もち
(さくら食品)



はだか麦
いりこ
(つるさき食品)



はだか麦
くらっかー
(龍宮堂)

約1年が経過した「芽吹きと実りのはだか麦プロジェクト」。さまざまなはだか麦おやつが

はだか麦おやつを家庭でも

プロジェクトBでは、はだかむぎゅ以外のおやつも開発されています。個々の企業が商品化を模索し、4社が4商品を完成させました(左の写真)。これらは、はだかむぎゅの作成過程で協議した「はだか麦らしいおやつ」のベースを基にしています。

プロジェクトのさらなる広がり

レシピはホームページに掲載中で、今後、販路を検討し、商品化を進めていく予定です。

皆さんも、町が誇る食材で、さらに健康にも良い「はだか麦おやつ」で、食卓を彩りませんか。

皆さんも、町が誇る食材で、さらに健康にも良い「はだか麦おやつ」で、食卓を彩りませんか。

完成しましたが、そこで終わりではありません。各事業者が、このプロジェクトをきっかけに、町の特産品「はだか麦」をより多くの人に知ってもらおうと活動を進めています。町としても、このプロジェクトを継続して、はだか麦と町のPRを行い、賑わいと活力のあるまちづくりを進めていきます。



Project Bの活動成果を紹介
「はだかむぎゅ」レシピ

今までにない新カテゴリーのはだか麦のおやつとして、「はだかむぎゅ」を考案しました。ヘルシーで、大人も子どもも楽しめる一品です。



レシピ公開中。町のホームページか
右のQRコードからチェックしてください。



▼考案した「はだかむぎゅ」



押しはだか麦とレモン
グラノーラ

グラノーラクッキー。ほんのりとレモンが香る愛媛らしいおやつで、ナッツとの相性も抜群です。



えびとあおさ パイ

はだか麦のザクツとした食感を味わえるパイ。干しえびとあおさの海の風味がくせになります。



はだか麦味噌と
くるみ餡 クッキー

はだか麦の味噌とくるみを合わせた特製あんこに、はったい粉の風味が合わさったクッキーです。

産官学を結集したレシピ
プロジェクトBの活動成果として生まれた新カテゴリーのおやつ「はだかむぎゅ」。子どもでも呼びやすく親しみやすい語感を選ぶとともに、はだか麦に多く含まれているβーグルカンを持つ「悪玉コレステロールをギュッと包んで排出する機能的イメー」を込めて名付けています。この名前のように、レシピも産官学の知恵や知識がギュッと詰まったものとなっています。「家庭のおやつにぴったりの

レシピです。ちょっとしたときにヘルシーなおやつを食べれば、食も豊かになります」
このように話すのは、このレシピの作成に携わった料理研究家の夏井景子先生です。夏井先生は、レシピのベースを作成し、その後、民間事業者などで構成されるプロジェクトチームのメンバーと、粉の割合、形状などさまざまなパターンを試作しながら協議。愛媛大学の渡部教授に成分分析を依頼し、「βーグルカン」の含有量が多かった3つのレシピを完成させました。