

太陽の
めぐみが
いっぱい!



北竜町の紹介

日本一の「ひまわりの里」として知られる北竜町は、暑寒別天売焼尻国定公園「暑寒別岳」を背にして

空知平野の北部に広がる人口2100人の小さな里山。そのなかで161戸の農家が力を合わせ、「食べものはいのち(生命)」の思いを

大切に、手と技術と心をつくし「安全・安心」、そして「美味しい」食づくりに精進しています。



JAきたそらち北竜支所

旭川

深川

札幌

札幌から約100km

千歳

千歳から約130km

旭川から約45km

ひまわりライス Tips to eat deliciously おいしく食べる10のコツ

選ぶ～米の顔をみる

粒が均一で透明感がある米を選びます。米の割れやかけ、乳白色の粒が多いものは避けましょう。

保管～冷暗所で保管

比較的湿度が低く、涼しい所で保管します。お米は臭いを吸いやすいので臭いの強いものと一緒にはしないようにします。常温では、冬場で2ヶ月、夏場で1ヶ月を目安にします。冷蔵庫の場合、密閉容器に入れ、野菜室で保管します。

とぐ～米とぎすぎは2分以内で

ボールに米を入れ、次に水を入れ手早くすいで水を捨て、手早くとぎます。終えるまで、2分以内を目安にします。

浸す～冷たい水でじっくり浸す

ごはんを炊くときおいしさを決め手になるのは水。冷水でゆっくりなまで給水させると、ふっくら臭い、旨味あふく炊きあがりします。8～10度の水で1時間から1時間30分間に浸します。

水切り～水切りは2分

おいしさを決め手になるのが水。炊く前に雑味のないようにするため、といだ水をザルに入れて水切りして、濁った水を切ります。狭く置くと、米が乾燥して割れやすくなるので、注意しましょう。

炊く～炊飯器の容量の60～80%

ふっくら炊くには、炊飯器の容量の60～80%程度に抑えます。5合炊きなら3～4合が目安です。

むらし～「むらし」で「うまし」

今の炊飯器は、むらしの行程まで完了してからスイッチが切れます。うまくなるようでしたら、炊きあがった直後、再度スイッチを入れます。2～3分でスイッチを切ります。(炊飯器の説明書をご確認ください)

ほぐし～米粒の余分な水分を飛ばす

ごはん粒に冷気をあて、米粒表面の余分な水分をとばし、歯ごたえをつくります。ほぐしのタイミングはむらし直後のなるべく早いタイミングで素早く、軽くご飯を切るようにまぜます。

盛りつけ～空気をふくませながら

お茶碗にふんわりと空気をふくませながらごはん粒をたてるように盛ります。決しておしつけないように。

保存～1膳分ずつ冷凍保存

炊きあがったご飯のあら熱をとったら、1膳分ずつラップやストックバッグで、ご飯を均一に平たくして冷凍庫で保存します。炊飯器内での保溫は3～5時間が限度です。

北竜ひまわりライス生産組合

JAきたそらち北竜支所

〒078-2512 北海道雨竜郡北竜町字和36番地の3

TEL 0164-34-2211 FAX 0164-34-2216

北
竜
ひ
ま
わ
り
ラ
イ
ス

天と地と水

そして農民のこころ(魂)

北竜ひまわりライス生産組合

私たちは手間を惜しまず

己の信念を貫き

そして愛情を込めて

米作りをします

北竜ひまわりライス生産組合は、みなさんへ「安全だから安心できるお米」を届けるために農薬節減米・低農薬米栽培に取り組んでおります。農業を営む上では、「病気・害虫」は避けては通れません。この「病気・害虫」から守るため、種まき前には種子を温湯消毒・食酢消毒などを行い病気になるように予防し、6月から7月にかけ田んぼ・畦などに病気や虫の発生がないか病害虫予察員が見回りをしています。

私たちの合い言葉は、

命

食糧

くらし

環境

を守り育む

その結果に基づき2回の防除日程を決め、徹底的に「病気・害虫」の予防ができるよう取り組んでおります。

農家が情熱と愛情を込め、一致団結し育てたお米「北竜ひまわりライス」をご賞味下さい。



北竜ひまわりライス生産組合役員

北竜町産

低農薬米

北竜ひまわりライス

HOKURYU
HIMAWARI
RICE



風の子もち

みくらしとした柔らかさがあり、粒のほりと大きさにこだわっています。赤飯やおこわにも最適です。



ゆめぴりか

ほど良い粘り、炊き上がりのつや、食感、甘み全てを兼ね備えた北海道米の新品種です。



ななつぼし

つや、粘り、甘みのバランスが抜群で、弁当・寿司などに最適です。



おぼろづき

今までの北海道米にない独特のもっちり感や、「粘り」と「甘み」が自慢です。



きずきずき

豊かな甘み、しっかりとした食感、カレーや丼ものチャーハンなどに最適です。

「北竜ひまわりライス」は生産者の「顔」が見えるお米です



北竜町のお米は農薬の使用量を北海道基準より約半分におさえて栽培されています



平成元年。北竜のまちに30万本のひまわりの大輪が咲き、「ひまわりの里」が生まれ、同時に北竜産米「北竜ひまわりライス」も誕生しました。今では130万本のひまわりが咲く、日本一のひまわりの里になり、「北竜ひまわりライス」は北海道内外に認知していただけるほど安全・安心な低農薬米になりました。



平成19年、北竜ひまわりライス生産組合で生産しているお米は、生産者、圃場、使用農薬、肥料成分をホームページ上に公表する「生産情報公表JAS」を取得しました。



<http://www.hokuryu-mai.com>

天

太陽の光は、アミノ酸の生成を促す。また、稲の成長を促進させる。北竜町の気候は、文字どおり「ひまわり」の里の恵み。お米の品質を高めるために、お米の生産者たちは日々努力を怠りません。

地

土が健康な稲を育て、稲が健康なお米を生産します。北竜町の土壌は、稲の成長を促進させる。お米の品質を高めるために、お米の生産者たちは日々努力を怠りません。

水

豊富な水資源と、きれいな水。お米の品質を高めるために、お米の生産者たちは日々努力を怠りません。

