

米粉をご存知ですか？

最近よく見かける“米粉”。米粉で作ったパンやめん・ケーキなどがあります。

これまでは小麦粉で作られていたこれらの食品を米粉に変えると新たな食感が味わえます。小麦粉と比べると**米粉はしっとり感や弾力のある生地を作る場合に向いていて、ケーキのような焼き菓子にはぴったりです。米粉のケーキはパサパサ感がなく、ふんわり・しっとりしたやさしい食感です。**

米粉とは米を製粉したのですが、最近作られたものではなく、昔から親しまれている食品にも使われています。皆さんよくご存知の米粉を一部ご紹介します。



- ◆ 上新粉(じょうしんこ)：精白したうるち米を、水洗いして水切りし、生乾きで製粉した後乾燥するか、乾燥後製粉したもの。柏餅やみたらし団子などを作ります。
- ◆ 白玉粉(しらたまこ)：もち米を、水挽製法により粉にしたもの。白玉団子を作ります。