

こんな声がありました!

パサパサしていておいしくない。

「お米をおいしく食べるには?」



co-op



あら、今日はお米が安いわね! パパも一緒だから、お米をたくさん買い置きしましょ!

Question.

ダメダメ、お米は一袋ずつ買うのがいいんだよ。お米がおいしく食べられる目安はどのくらいだと思う?



1 1カ月

2 3カ月

3 6カ月



正解は **1**!
お米は**鮮度が大切**なんじゃ!

お米は野菜と同じ農産物です。精米したてが一番鮮度が良く、保存中などに温度や湿気、直射日光の影響を受けた場合には、風味が変化したり、乾燥によるひび割れが起きて本来の食感が損なわれたりすることがあります。また、においを吸着しやすい性質もあるので、保存方法に気をつけてなるべく早く食べきりましょう。



POINT お米をおいしく食べるために

□ 1カ月を目安に消費しましょう

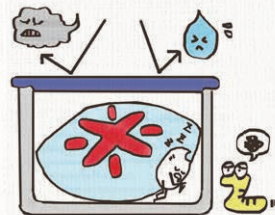
気温が高くなる夏場は精米から30日、気温が低くなる冬場は40日を目安になるべく早く消費することをおすすめします。

精米時期	お召し上がりの目安
上旬 1~10日	翌月上旬10日頃まで
中旬 11~20日	翌月中旬20日頃まで
下旬 21~月末	翌月下旬月末頃まで

夏場の目安。冬場は10日ほど延長できます。

□ 購入後はすぐに密封容器に移し替えましょう

保存容器はこまめに清掃し、お米は継ぎ足さず、使いきってから、新しいお米を入れてください。



お米は生鮮品なのね。保存場所に注意しながらおいしく食べることが大切なのね。



豆知識

米袋の空気穴について

お米の袋は、輸送中の衝撃や圧力によって破れてしまうことを防ぐために、小さな空気穴があいています。

完全に密封された状態ではありませんので、周囲の湿気や袋に付着した水分が空気穴から入り込み、お米の変色や、カビの原因になることがあります。

また、お米は虫の食害を受けやすく、空気穴を食い広げて袋内に侵入した事例も確認されていますので、保存の仕方が重要です。



※実際の穴はとても小さく、商品により穴の場所や形状は異なります。イラストはイメージです。