

## ■ お米の成分・特性と品質 ■

### 1.水分

お米の水分は、食味だけでなく貯蔵性や精白歩留にも影響する重要な品質要素です。貯蔵性は水分が高いと劣り、低いと良くなります。

食味の観点からは、過乾燥により胴割れ米が発生したものは食味が劣るとされています。総合的に見て玄米水分で14.5%~16%が適正と言えます。また、精米水分では14%~15.5%が適正と言えます。

### 2.タンパク質

お米のタンパク質は日本人にとって大豆などとともに貴重な植物性タンパク質の摂取源となっています。

ところが、お米のタンパク質はご飯を炊くときにデンプンの膨潤を抑えてしまう働きがあります。そのため、同じ品種のお米でもタンパク質含量が高いとご飯の粘りが弱くなり、タンパク質含量が低いと粘りが強くなります。

一般に、日本人は粘りのあるご飯を美味しいと感じます。したがって、タンパク質含量の低いお米は美味しいと感じられるのです。

タンパク質含量の表示方法は、2通りあります。サンプル水分を0%として、タンパク質含量を表示する方法(乾物基準)と、測定時の水分に応じてタンパク質含量を表示する方法(As-is)です。当社では、多くの試験研究機関で用いられている乾物基準による表示を採用しています。

また、玄米のタンパク質含量と精米のタンパク質含量では、精米の方が0.5~1.5%低くなります。

タンパク質含量を比較する場合、表示基準は何か、また玄米タンパクか精米タンパクかをきちんと確認する必要があります。

### 3.アミロース

お米のデンプンはアミロースとアミロペクチンという2種類の性質の異なった成分から構成されています。うるち系ではこの両者の比は大体20:80で、もち系では0:100です。

このデンプン中のアミロースの比率が低いお米ほど炊飯した時に、飯の粘りがあるとされています。

タンパク質の項でも説明しましたように一般に、日本人は粘りのあるご飯を美味しいと感じます。したがって、アミロース含量の低いお米は美味しいと感じるのです。

アミロース含量の表示方法には2通りあります。水分、タンパク質、脂質を除去した米デンプン中のアミロース含量を表示する方法(総デンプン比)と、サンプルの全量に対するアミロース含量を表示する方法です。当社では、前者の総デンプン比による表示を採用しています。

## 4.脂肪酸度（玄米のみ）

玄米には約3%、精米には約1%の脂肪が含まれています。玄米は貯蔵するに従って脂肪が脂肪酸とグリセリンに加水分解されて、遊離の脂肪酸が増加してきます。このような玄米の貯蔵中の脂肪の分解と酸化が古米化現象に関与しています。

この遊離脂肪酸の割合をみるのが「脂肪酸度」です。新米および低温貯蔵された玄米は、一般に脂肪酸度は20以下ですが、古米化した玄米は30を越えます。

## 5.スコア

ご飯の食味官能評価は、一般に「外観」「香り」「味」「硬さ」「粘り」という5項目と「総合評価」によって行われています。

当社の食味分析計では、上記食味官能値のうち「総合評価」をスコアとして表示しています。

当社が食味分析計の研究を始めた当時、1987年産の滋賀日本晴を基準としてスコアを70点としました。日本全国のお米を測定すると、作柄によって変化しますが、概ね40—95点の範囲に分布します。

このスコアは永年にわたるお米の食味研究に基づく当社独自のものですから、他社のいわゆる食味計と比較した場合、同様な値が得られるとは限りません。

## 測定値の目安

玄米水分：	適正				
	14.5	16.0			
精米水分：	適正				
	14.0	15.5			
玄米タンパク質：	良い	普通	劣る		
	8		9		
精米タンパク質：	良い	普通	劣る		
	7	8			
アミロース：	良い	普通	劣る		
	18	22			
脂肪酸度(玄米のみ)：	良い	普通	劣る		
	16	20			
スコア：	劣る	やや劣る	普通	やや良い	良い
	50	60	70	80	

記載内容の一部または全部を無断転載することは禁じます。