

異常に関する質問

異常に関する質問

Q お米の袋から、黄色や黒く変色したお米が出てきた

A お米が何らかの原因で水分と接触したこと（水濡れ）により、「カビ」が生えてしまった可能性があります。そのことで色が変わったりお米が塊のようになってしまうことがあります。

このようなお米を見つけた場合、ご利用はおやめください。
よくある水濡れの原因などはお米の正しい保管方法をご参照ください。



異常に関する質問

Q 白い粒が混ざっている

A 粉状質粒、乳白米と呼ばれる粒で、お米が圃場において生育中に天候の影響（高温や日照不足など）で発生します。

お米のでんぷんの充実が不十分な場合、でんぷんに細かい気泡が入り米粒が白く見えます。

ご飯への影響は少ないので、そのまま炊いてお召し上がりください。



異常に関する質問

Q お米に黒い点がある

A 稲の生育中に虫、熱、その他の要因などにより、米粒の表面が被害を受けそれが黒く残ってしまったものです。人体および食味に影響を与えるものではありませんが、どうしても精米工場では除去しきれない場合があります。



異常に関する質問

Q 玄米や胚芽精米に緑色のお米が混ざっている

A 緑色のお米は、葉緑素が残る粒です。お米の外側が緑色なだけで、同じお米ですのでそのまま召し上がっても全く問題ありません。



異常に関する質問

Q お米に虫が入っていた

A お米につく虫の中には米粒に卵を産み、米粒を食べて成虫となるものがおり、卵から成虫になるまでの期間は気温条件等によって異なりますが、25℃前後になると特に活動が活発になります。産み付けられた卵は肉眼で見つけることは難しく、精米工場での精選設備（異物を取り除く機械）でも完全にはとりにきれないこともありますので、食べきる目安（「**保管に関する質問：お米の賞味期限はいつまで**」を参照）以上の保管はおすすめていたしません。また、屋内外にも通常生息している虫ですので、保管方法には特に注意が必要です。お米に発生する虫に毒性はないとされておりますので、お体への心配はありません。



異常に関する質問

Q 茶色い塊が入っていた

A お米を精米する際に発生する糠が固まり、塊になったもの（糠玉）が入ったと考えられます。お米についている糠に粘着性があり、工場の製造ライン内で固まってしまったものが、お米と一緒に入ってしまったと思われます。お米由来の成分ですので、健康への影響は一切ありません。
【糠玉】主に茶色の塊、つぶしてみると粉っぽくぬらすと粘着性がある



異常に関する質問

Q 炊きたたのご飯からニオイがする

A ニオイの原因には次のことが考えられます。

(1) ニオイ移り

お米はニオイを吸収しやすいため、ニオイの強いもの（洗剤・芳香剤・化粧品・油・流しの下など、ご家庭でもニオイの元が複数ある場所）の近くに保管していたことが原因と考えられます。

(2) 炊飯器の釜・内釜の汚れ

釜・内釜などが汚れたままお米を炊くと、ニオイがついてしまうことがあります。

※炊飯器メーカーのお手入れ方法などをご確認ください。

(3) 洗米時の水

手早く洗米しないと、お米が濁ったとぎ汁を吸って糠臭くなってしまいます。

(4) 長時間のお米の浸漬（水にひたすこと）

温度の高い環境下で、長時間浸漬していると雑菌が繁殖しお米が腐敗してしまうことがあります。

※特に夏場の夜間予約炊飯などは注意が必要です。



Q 炊飯器で長時間保温したら、ご飯が黄ばみました

A 原因はメイラード反応によるものです。この反応は糖とアミノ酸が反応してメラノイジンと呼ばれる褐色の物質を作るもので、ご飯には糖もアミノ酸もあるため、この両者が反応して黄色に変色します。化学変化による変色です。この反応は温度が高いほど起こりやすく、10℃以下ではかなり褐変を防止するといわれています。

炊飯器での保温は半日程度が理想です。半日程度で食べ切れない場合は、炊上り直後にラップでなるべく平たく1食分ずつ包み、粗熱が取れた状態で冷凍保存しておくと食べる時に、レンジで温めれば美味しく召し上がることができます。



保管に関する質問

保管に関する質問

Q お米の賞味期限はいつまで

A お米は野菜と同じ生鮮食品ですので、賞味期限表示はありませんが、保管状態が品質劣化に大きく影響します。
美味しく召し上がれるおすすめの期間は、一般精米・無洗米・もち米、また、開封・未開封にかかわらず、1~2ヶ月程度です。この目安を過ぎた場合でも、色や香りに異常がない場合は、食べられないということはありませんが、ご購入後はなるべく早めにお召し上がりください。特に夏の暑い時期はお早めにお召し上がりください。

1~2ヶ月程度



保管に関する質問

Q お米の保管方法を教えてください

A お米はニオイがつきやすいので、密閉可能な容器に入れて他のニオイが移らないようにしていただき、湿気のない通気の良い冷暗所に保管してください。



保管に関する質問

Q ご飯の保管方法を教えてください

A 1膳ずつラップに包み、粗熱が取れたら冷凍庫で保管します。レンジで温めてからご利用ください。
冷凍で保管した場合でもなるべく1週間以内を目安にお召し上がりください。
炊飯器での長時間の保温はご飯が黄色くなったり、ニオイが出る原因となります。
また、炊飯器の電源を切り保管しますと、蒸気が水分となりご飯がベチャベチャになることも…。
雑菌が繁殖してしまうこともありますので注意してください。



炊飯に関する質問

炊飯に関する質問

Q 無洗米の炊飯方法を教えてください

A 無洗米は一般精米より表面の肌糠が取り除かれているため、普通の計量カップでは少し多めにお米が入ります。無洗米用のカップが無い場合や、炊飯器の内釜に無洗米用のメモリが無い場合は、水加減を一般精米よりやや多めにしてください。
目安はお米一合につき、大さじ1杯程度（15cc）です。



炊飯に関する質問

Q 無洗米をすすいだ水がいつまでも白く濁ります

A 米のでんぷん成分が水に溶けたものです。でんぷんはお米の主成分ですのでご安心ください。もちろんそのまま炊飯いただいて構いません。
すすぎ過ぎはお味の低下につながりますので、1回すすぐ程度でお使いください。



炊飯に関する質問

Q ご飯に芯が残ります

A ご飯に芯が残る時には次のことが考えられます。

(1) お米を水に浸す時間が短い場合

芯までふっくら炊くために、米の中心まで十分に水を浸透させることが重要です。

吸水時間は通常30分程度、冬場は水温が低いので60分程度浸すのが理想的です。

(2) 水加減が少ない場合

水が少ないと十分に炊飯できていない可能性があります。

水を捨てた後、洗った米に米の容積の1.2倍量の水を静かに注ぎます。

炊飯器の内釜で水位線に合わせて注ぐ場合は、必ず平らなところで注ぎます。

あとはやわらかめ・かためなど、ご家庭の好みに合わせて水加減を微調整してください。

(3) お米が多い場合

お米が多く水が少ないと(2)同様に十分に炊飯できていない可能性があります。(2)をご参照お願いします。

(4) 炊飯器の故障など・・・内釜のパッキンのズレや破損など

内釜のパッキンのズレや破損など、炊飯器メーカーの取扱説明書をご確認ください。

