



スター情報

平成28年
春号

49

発行：
株式会社北原産業
http://www.starpack.co.jp

本社 〒710-0298 岡山県倉敷市新倉敷駅前5丁目141
TEL(086)526-3040(代) FAX(086)525-1322
東京支店 〒104-0041 東京都中央区新富1-13-26(新富TTビル)
TEL(03)5541-7366(代) FAX(03)5541-8306

〈二段弁当〉こと弁特集

大分



65-40 こと弁(竹) 睦月/はなふさセット
2,000円



55-55 こと弁(竹)
如月/はなふさセット
1,500円



奈良



四季の味
なかたに

お牛の魂と、愛し肉...
銀河離宮
いわて牛 | 焼肉・しゃぶしゃぶ

岩手



55-55 こと弁(萌芽)
如月/はなふさセット
2,000円



55-55 こと弁(萌芽)
睦月/はなふさセット
1,800円

宮崎

仕出し専門店



55-55 こと弁(竹)
睦月/はなふさセット
2,000円



愛媛

仕出し料理

美登里



50-50 こと弁 (梅)
睦月 / はなふさセット
1,620円



50-50 こと弁 (梅)
睦月 / はなふさセット
1,728円



65-40 こと弁 (竹)
睦月 / はなふさセット
1,296円



65-40 こと弁 (竹)
睦月 / はなふさセット
1,620円

岐阜

御料理・仕出し 紀文

イタリア料理 *mio orto*



55-55 こと弁 (雪月花)
睦月 / はなふさセット
2,000円



55-55 こと弁 (雪月花)
睦月 / はなふさセット
2,000円

米の種類

日本人の主食と言えば、やっぱりお米ですね。

日本の歴史を紐解くと、鎖国が解かれた明治以降に外国から小麦を使った様々な食が入ってきました。小麦から取れるパンやパゲッティ、うどんなども食卓に登場するようになって、日本人の食生活は変わってきました。それでも日本人はやっぱり米が好きな国民と言えるのではないのでしょうか。1週間に一度もお米（ご飯）を食べないという人は少ない筈。ずっとお米以外のものを食べていると、無性にお米が食べたくなってしまおう、などということはありませんか？よく外国に行って生活していると、白いご飯が懐かしくて仕方がないという話を留学や海外赴任をしている人からもよく聞きます。そんなことから縄文の昔から延々と作り続けられてきた米食文化は、わたしたち日本人にしっかり根付いているようです。ここでは、そんなお米にはどんなものがあるのかをご紹介します。

米の分類

この地球上で栽培されている米にはたくさんの種類があり、全世界で1000種類以上はあるのではないかとされています。そのたくさんの米をその形や食味などの特徴から分類すると、大きくは次の3つに分けられます。この3つは、植物学上でもきちんと区別されています。

ジャポニカ米

(短粒種、円粒種)：日本型



ジャポニカ米は、日本型と言われている。その名の通り、日本でよく食べられているお米です。日本で栽培されている米のほとんどはこのジャポニカ米種です。世界で生産されているお米の約2割弱がこのジャポニカ米で、日本や朝鮮半島、中国北部を中心に栽培されています。気候は、温暖で、雨が適度に降る地域が適しています。形は丸みを帯びた楕円形をしています。食べ方としては炊いたり蒸したりして食べるのが一般的で、熱を加えると粘り気が出ます。

インディカ米

(長粒種)：インド型



インディカ米は、インド型と言われている。インドからタイ、ベトナム、中国にかけてと、アメリカ大陸で生産されています。気候は、高温多湿な地域が適しています。世界のお米の約8割がこのインディカ米です。インディカ米の特徴は、ジャポニカ米と比べてかなり長細い形をしています。ジャポニカ米に比べると、粘り気が少なく、バサバサした感じがします。食べ方は煮て食べるのが一般的です。

ジャバニカ米

(中粒種、半長粒種)：ジャワ型



ジャバニカ米は、ジャワ型と言われている。ジャワ島やインドネシアなどの東南アジアやイタリヤ、スペインで栽培されています。気候は、高温多湿な地域が適しています。形は、ジャポニカ米とインディカ米のちょうど中間のような形をしています。やや大粒なのが特徴で、味はあっさりとしていて、熱を加えると粘り気が出ますが、ジャポニカ米よりは粘り気はありません。

主食として流通しているお米は、主に上記の3種類に分類されていますが、このほかの特徴ある米として、古代米という米があります。古代米は、稲の元となった原種の特徴を色濃く残した野生種のお米です。古代米は、今の米とは違って、玄米の状態では、色が赤や黒などの濃い色をしているのが特徴です。古代米は品種改良された現在主流の米とは違って、生命力が強く、苛酷な環境でも育ちますが、収穫できる米の量は半分以下です。しかし、古代米は大変栄養が豊富で、タンパク質やミネラル、ビタミンが多く含まれています。古代米には、赤い色素・タンニンを含んだ「赤米」や紫色の色素・アントシアニンを含んだ「黒米」などがあり、最近はその栄養価に注目されてきています。

栽培方法による稲の分類

米は収穫前の状態では、稲と呼ばれます。米は、稲の種子の部分という訳です。稲は栽培する場所によって次の2つに分類されています。

水稲 (すいとう)

水を張った田んぼ(水田)で栽培されるものを、「水稲(すいとう)」と言います。日本では、ほとんどがこの栽培方法で育てられています。水利の別なところで種籾を苗になるまで育ててから田んぼに植える方法で育てられることが多いです。

陸稲 (りくとう)

麦などと同じように畑のような場所で栽培されるものを「陸稲(りくとう)」または「おかぼ」と言います。アジアの各地では、この栽培方法で育てられていることが多く、苗を育てて田植えをするのではなく、種籾をそのまま直に畑にまいて育てます。

～お弁当の歴史～

「弁当」の語源は？

中国の俗語「便當」、「便当」といった言葉が語源とされています。この言葉は「便利なこと」、「好都合」を意味しており、「便當」が日本に入ってきて「辨道」、「便道」といった漢字が当てられたそうです。現在の「弁当」という漢字は、「弁て用に当てる」ことから当てられた「辨当」という漢字が変化していったものだそうです。

お弁当のはじまり

平安時代が起源とされており、「頓食」と呼ばれたおにぎりや「干し飯」といった携帯用の食料が原点とされているそうです。「干し飯」とは、調理したお米を乾燥させたもので、そのまま食べたり、水で煮るなどの調理をして食べられていたそうです。

弁当箱の誕生

現代のように「容器に詰める」といったお弁当は、安土桃山時代がはじまりだと言われています。この時代に現代のような漆器の「弁当箱」が作られるようになり、茶会や花見にお弁当を持って行くという習慣もこの時代からだとされているそうです。

お弁当の発展

江戸時代には、お弁当という文化もより広がっていき、「腰弁当」という竹皮や竹箆におにぎりを収納したものを観光客や旅行客が持ち歩いていたそうです。そして、現代の「幕の内弁当」が生まれたのもこの時代だとされています。歌舞伎や能などを見に来た観客が簡単に食べたというお弁当が名前の由来だと言われています。明治時代には鉄道が開通することで、駅で販売し、汽車の中で食べる「駅弁」が登場したようです。

お弁当の今

現代では、コンビニエンスストアやスーパー、駅、空港などの様々な場所でお弁当を購入することができるようになりました。その結果、お弁当は「作るもの」から「買うもの」へと変化していきました。それでも「手作りのお弁当」という文化は深く根付いており、技術の発達によって電子レンジで温められるものや、保温性の高いもの、汁物を入れることができるものなど様々な弁当箱が登場し、よりお弁当を楽しむことができるようになりました。

東京



食菓きよら



55-55 こと井 (雪月花) 如月 / はなふさセット
1,500円



55-55 こと井 (竹)
睦月 / はなふさセット
1,800円



鹿児島

喜の字屋
KINOJIYA

それゆけ
ホクちゃん

「大当たり」の巻き



ピーナッツ

ピーナッツとは?

落花生、南京豆とも呼ばれますが、一般的には殻付きのものを落花生、薄皮が付いたものを南京豆、皮を剥いたものをピーナッツと呼ぶことが多いようです。

ピーナッツは、非常にカロリーが高く、少量で満腹のエネルギーを得ることができます。



落花生



南京豆



ピーナッツ

※通称です。

ピーナッツの栄養と効能

◆ オレイン酸とリノール酸

生活習慣病予防に効果があり、オレイン酸は悪玉コレステロール値を下げて動脈硬化を予防、リノール酸は血圧を良くする働きが強い。動脈硬化や高血圧を予防してくれるそうです。

◆ レスベラトロール

赤皮に豊富に含まれているポリフェノールの一種で、非常に強い抗酸化力を持つ天然物質です。悪玉コレステロールを減少させ、動脈硬化や心臓病、ガンなどの予防に力を発揮してくれるそうです。

◆ レンチン

脂肪燃焼を促進し、記憶力を高め、オケ予防にも効果を発揮し、ストレスを和らげる効果もあるそうです。

◆ ナイアシン

ビタミンB群のひとつであり、アルコールの分解を促進する力を持っているのでお酒を飲んだ後の二日酔い、予防し、肝臓への負担を軽減する力があるそうです。

◆ アルギニン

天然アミノ酸のひとつであり、血行促進の効果、冷え性などを予防してくれるそうです。

ピーナッツの日

11月11日は、ピーナッツの日。これは、全国落花生協会が1つの殻中に2粒ずつ入っている落花生をまるで双子のようだということから、「11」が2つ重なって双子になっている「11月11日」をピーナッツの日と定められたようです。

ピーナッツの歴史

南米が原産地と言われており、日本には江戸時代に中国から伝えられたそうです。当時の日本では、中国から伝わってきたので「南京豆」や「落豆」と呼ばれていたそうです。日本で本格的に栽培が始まったのは、明治時代にアメリカから輸入された品種が入って来てからだと言われています。

◆ ミネラル

身体にとって欠かせない栄養素である鉄やリン、マグネシウム、カルシウムなどの豊富に含まれており丈夫な骨の形成、細胞の形成などに必要とされているそうです。

◆ ビタミンE

強力な抗酸化作用があり、老化防止やガン、心筋梗塞、脳卒中などの生活習慣病の予防効果があり、血行促進の効果もあるとされているそうです。

◆ ビタミンB1

豊富に含まれており、子供の成長に必要な栄養素であり、体の中の糖質をエネルギーに変える際に必要なビタミンDと言われています。

KE弁当シリーズ

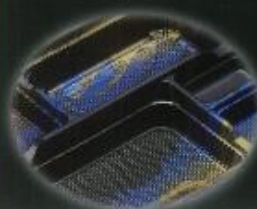
- 特徴**
01. 電子レンジ対応、耐熱、耐油、耐薬品性に優れた本体(PPF)です。
 02. 蓋天面のフラット面が広く中身がクリアに見えます。
 03. ロースタックで収納スペースをとりません。
 04. 重ねができます。
 05. 本体は、黒、朱黒、赤帯A、青竜と4タイプ揃えています。

青竜

赤帯A

黒

朱黒



PPF

KE-1A

- 外寸 / 240×202×34 (フタ15)
- 本体重量 / (黒・朱黒・赤帯A・青竜)19.7g
- フタ重量 / 9.4g

積込数	→→33個
箱	50 800
※	50 800

PPF

KE-1B

- 外寸 / 240×202×34 (フタ15)
- 本体重量 / (黒・朱黒・赤帯A・青竜)19.7g
- フタ重量 / 9.4g

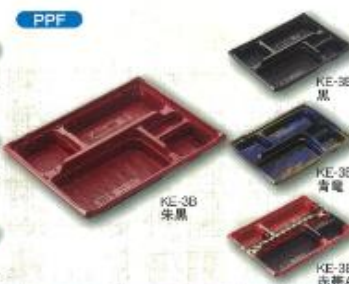
積込数	→→33個
箱	50 800
※	50 800

PPF

KE-1C

- 外寸 / 240×202×34 (フタ15)
- 本体重量 / (黒・朱黒・赤帯A・青竜)19.7g
- フタ重量 / 9.4g

積込数	→→33個
箱	50 800
※	50 800



PPF

KE-3A

- 外寸 / 264×197×34 (フタ15)
- 本体重量 / (黒・朱黒・赤帯A・青竜)21.3g
- フタ重量 / 10.1g

積込数	→→33個
箱	50 600
※	50 600

PPF

KE-3B

- 外寸 / 254×197×34 (フタ15)
- 本体重量 / (黒・朱黒・赤帯A・青竜)21.3g
- フタ重量 / 10.1g

積込数	→→33個
箱	50 600
※	50 600

内蔵 別梱包

PPF

OPS

KE-1蓋

■ 外寸 / 226×188×20

内蔵 別梱包

PPF

OPS

KE-3蓋

■ 外寸 / 250×183×20