



【合鴨農法米(ひとめぼれ)】

奥羽山系と北上高地に挟まれた花巻市東和町。気候、土壌いずれも味の良いお米を作り出すには好適地と言われる中山間地です。毎年生まれたての合鴨たちを田んぼに放します。この合鴨のおかげで、除草・害虫駆除にかかる農薬は一切ありません。また、合鴨から出る排出物も肥料分になると言われています。



【自然栽培米(ひとめぼれ)】

自然栽培を実践している青森の木村さんをはじめ、各地の方と情報交換をしながら米作りをしています。自然栽培とは、農薬や化学肥料、施肥など外部からの資材の投入をせず、稲や田んぼ等の自然の力を利用して行う栽培方法。当農園では、収穫前に露霜に何度かあてて甘みを引き出します。



[生産地]花巻市東和町
[生産者]はじめ農場 小田肇
[栽培方法]合鴨農法
[規格]10kg,30kg

最盛期											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月

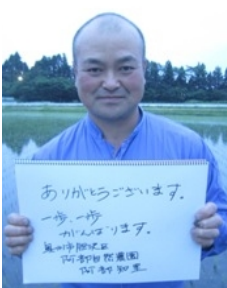
[生産地]奥州市胆沢区
[生産者]阿部自然農園 阿部知里
[栽培方法]無農薬・無肥料
[規格]10kg,30kg

最盛期											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月



【省農薬米(ひとめぼれ)】

日本三大散居集落の一つに数えられるここ「胆沢平野」は、水田面積が1万haにも及ぶ岩手県有数の穀倉地帯です。省農薬栽培は、農薬は5月下旬の除草剤1回のみを使用。化学肥料は、慣行栽培の1/2以下。簡単に書きましたが、一つ一つの農薬、肥料を減らすのはリスクが伴い、大変なことです。慣行栽培より、1割以上の減収となります。



[生産地]奥州市胆沢区
[生産者]阿部自然農園 阿部知里
[栽培方法]省農薬栽培
[規格]10kg,30kg

最盛期											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月

※こちらの商品は、在庫が無くなり次第終了となります。

【生産量日本一の雑穀】

軽米町にある森に囲まれた雑穀畑は、農薬が飛散してくる事もなく、自然に優しく人にも優しい雑穀が作れる環境が整っています。

そんな二戸地域(二戸市・軽米町・九戸村・一戸町)の大自然に囲まれた環境の中で厳しい6項目の基準(二戸地域雑穀ブランド認証基準)を満たし、安心・安全な方法で栽培されています。

軽米町のみろく農園さんの雑穀は、そんな二戸地域雑穀ブランドの認証基準を満たした安心・安全で美味しい雑穀です。

【二戸地域雑穀ブランド認証基準】

- ①岩手県二戸地域の農家が同地で栽培した雑穀であること。
- ②二戸地域雑穀ブランド推進委員会が指定した品種・系統であること。
- ③種子は委員会が指定した畑から採れた種子を使うこと。ただし、品種や系統の形質の変化が無ければ自家採取した種を使用することが出来る。
- ④農薬を使わないこと。
- ⑤土作りには有機物を一定量以上使用すること。
- ⑥栽培履歴を記載し、管理すること。



【アマランサス】

国内生産量のほぼ100%が岩手で生産されています。やや苦みのあるプチプチとした食感が特徴。小粒ですが、カルシウムは白米の約32倍と栄養価の高さが特徴です。他の雑穀と違い、種皮が柔らかいので精白しないで全粒食べることができます。



[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月



【あわ】

国内生産量の約60%を占める岩手のあわ。収穫量は全国一です。真っ白い粒でクセがなく、炊くとクリーミーな味わいが楽しめます。モチ種のあわは粘りが強く、餅やおかゆにぴったり。また、乳製品の代わりに使ってホワイトソースを作ることのできるのも、アレルギー代用食としても注目です。

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期											
1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月



【いなきび】

コクや甘みが強く、強い粘りが特徴。また、鮮やかな黄色で、白米と一緒に炊くと華やかなご飯に。冷めてもモチモチした食感が残るので、おにぎりや弁当にも向いています。収穫量全国一の国内生産量の約50%以上を岩手県が占めています。

【押麦】

大麦を押ししたもので、お米と一緒にまぜて炊き上げた麦ご飯に使います。大麦はそのままと水を吸いにくくまた消化も悪いとされるため、蒸気で加熱しやわらかくなったところをローラーで平たくさせます。それにより、白米と一緒に炊いても食べやすく、食感もよくなります。

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----



【黒米】

黒米は古代米の一種でおはぎの起源といわれています。黒米の色素はブルーベリーなどに含まれるアントシアニン系のポリフェノールの一種です。たんぱく質やビタミンが豊富でミネラルもバランスよく含まれています。



【五穀米ブレンド】

ひえ、あわ、いなきび、アマランサス、たかきびをブレンド。粒の小さい雑穀をブレンドしました。ご飯と混ぜた際に、比較的炊きやすいブレンドになっています。

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----



【十五穀米ブレンド】

ひえ、あわ、いなきび、たかきび、アマランサス、押麦、玄米、青豆、黒豆、小豆、大豆、黒米、赤米、そばの実、もち玄米をブレンド。豆類が多く入っているため、食べたときの食感が楽しめます。一晩ほど水に浸していただくと、更に美味しく召し上がれます。

【そばの実】

「わんこそば」で知られる岩手は、そばの食文化が息づく産地です。冷涼な気候に適するため特に東北地方で今も「そばかけ」「柳ぱっと」などのそば料理が今も伝わっています。タンパク質やビタミンB群のほか、機能性成分ルチンを含む栄養価の高い食品です。

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----



【たかきび】

別名「もろこし」。白米と比べてタンパク質やミネラルなどが豊富で、赤ワインと同じポリフェノールやマグネシウム、カリウム、食物繊維が多く含まれ、白米の約11倍も含まれます。白米に混ぜて炊くと桜色のご飯が炊き上がります。赤みを帯びた色と弾力のある食感、豊かなコクから、挽肉の代用食材としても使われます。東北の丘陵地帯で栽培され、国内生産量の約40%を岩手県が占めています。

【ひえ】

国内生産量の約90%を占め、収穫量全国一です。かつて米のとれない寒冷地で主食代わりに食べられたひえは、鉄分などのミネラルが豊富で滋味豊か。健康志向により、クッキースイーツ、パンなどのほか味噌・醤油にも加工されています。

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

[生産地]軽米町
[生産者]みろく農園
[栽培方法]農薬不使用
[規格]1kg

最盛期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----



【赤米】

赤米は古代米の種類の一つで、薄い赤色のお米のことです。あかまい・あかごめとも呼ばれています。2千年以上前に中国大陸から伝わり、お米のルーツでお赤飯の起源と言われていいます。邪馬台国の献上米と言われており、古代日本人の神様へのお供え物、お祝い事として使用されてきました。赤米のヌカの部分には赤色系色素（タンニン）を含んでおり、白米に比べたんぱく質や各種のビタミン・ミネラルが多く含まれます。白米と混ぜて炊くとほんのり薄紅色になります。

[生産地] 軽米町
[生産者] みろく農園
[栽培方法] 農薬不使用
[規格] 1kg

最盛期

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月

【緑米】

赤米や黒米と同様に縄文時代に中国から伝わったとされています。玄米の色が緑色を帯び、秋には紫がかった稲穂をつけます。全国でも生産量が少ない貴重種のもち米で、亜鉛やマグネシウム、繊維を豊富に含み、血液浄化や精神安定などにも効果があると言われています。

[生産地] 軽米町
[生産者] みろく農園
[栽培方法] 農薬不使用
[規格] 1kg

最盛期

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月



【米粉】

米を製粉したもので、うるち米ともち米から作られます。日本人の食生活が変容を遂げ、お米の消費量が年々減少し続ける中、お米の新しい食べ方として、ここ数年急速に脚光を浴びています。製粉技術の進歩により、パンやケーキ、さらには麺類などに利用されています。

[生産地] 軽米町
[生産者] みろく農園
[栽培方法] 農薬不使用
[規格] 1kg

最盛期

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月



【そば粉】

「わんこそば」で知られる岩手は、そばの食文化が息づく産地です。冷涼な気候に適するため特に東北地方で今も「そばかけ」「柳ばっと」などのそば料理が今も伝わっています。タンパク質やビタミンB群のほか、機能性成分ルチンを含む栄養価の高い食品です。

[生産地] 軽米町
[生産者] みろく農園
[栽培方法] 農薬不使用
[規格] 1kg

最盛期

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月