

2009年7月

女子栄養大学 大学農園にて
昨年11月頃から栽培された

強力小麦 (品種名 ミナミノカオリ)

をパンにしようと、
小麦米分を手挽き → パンづくりを
志願させていただきます!

フィールドワーク系大学生の
農と食の
コラム

小麦のゆくえ

ミナミノカオリ
九州沖縄農研機構で開発された。
暖かい地域でも栽培できる
パン向き小麦

打ち棒で穂先を
たたいて小麦の粒を
落とす作業



「ゴリゴリ...」
「ゴミ」
小麦の皮はこぼれ
落ちてくる
「トラモム先生
ミニサイバ 手作り
唐箕(とうみ)
小麦の粒と葉などのゴミを
ここでより分けました。」

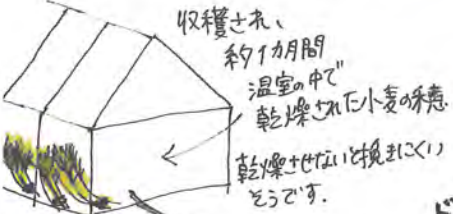
玄麦
玄米ならぬ、玄麦!
表皮(ふすま)、胚乳
胚芽まで構成されて
いる。
粒は少しづつ
こから入る



この部分で
粒がこすり合わされて
粉になる。
こすり合わせる圧力が調節可能で
圧力を上げながら何度かくり返し
挽いていく。挽いたものは、その度
ふるいにかけて、小麦粉を得る!



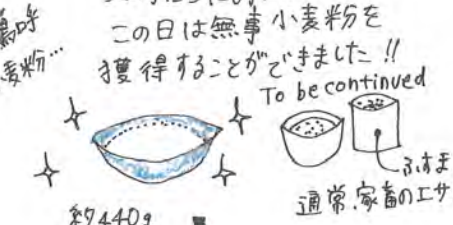
「ふるい (60メッシュ)
バケツ
こへ、挽いた小麦を
ふるいにかけて、小麦粉を採取した!!



収穫され、
約1か月間
温室の中で
乾燥した小麦の味を
乾燥させない挽き取り
をします。



「圧が上げ
ながら
計4回
挽きました。」
その後、
農園に遊びに来た
女の子たちに分けてもらい
この日は無事小麦粉を
獲得することができました!!



約440g
To be continued
通常、家畜のエサとなる。

「2回目からは
軽くなるよ
昔はこれを石臼で
やってたんだ
よね。大変だ
わ。」

「石更い
ちょっとずつしか
挽けないし、
気の遠くなる
作業だね。」

「私たちは米の文化だから
麦のことは案外知らないことが
多い。製粉会社では大型
のローを使い、能率的に
粉と表皮(ふすま)を分ける

完成!!

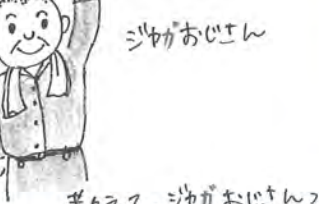
「一緒に作った人たす全員で
小麦の味を噛み始めながら
頂きました!!
軽い食感で」



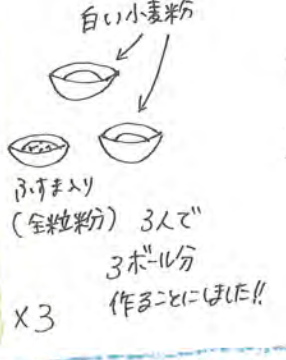
「精製度の
低い
素朴で
味あいのある
味でした。」
GOAL
たくさん人の笑顔がきっかけと会話によってできた、最高の
手作りパンでした。

1週間後

「ジカおじさんと
Let's 農園パンづくり」



レシピ	
手挽き小麦粉	200g
ドライイースト	8g
塩	3g
石少米糖	40g
全卵	30g
水	70ml
バター	24g



①

「バター以外の材料をボールに
合わせて、まとったら机の上で」
こね、たたきつけてまとめる... x100?

農園の
お姉さん(職員
の秋田さん)プロ級の
手さばき

②

生地がグルテン形成
されてきたら、ボールの
底に、つぶすように生地
とバターをまぜ合わせる。

③

暑い日
だったので室温で
パッチリ

生地を丸い
まろめボールの
中へラップを
して約1時間
1次発酵。

④

プレーン
バジル
たまねぎ
バジル
マヨネーズ

1313
成形して
パンチタイムを置いて
木樽で焼く!
210℃~230℃

田舎風全粒小麦の
パン
表面には小麦粉