

穀物のもち性とうるち性について

農業試験場

通常、「もち」というと「もち米」を思い浮かべますが、米以外にも糯（もち）と粳（うるち）で分類されるものがあります（大麦、小麦、きび、ひえ、あわなど）。糯（もち）とは、デンプンの中にアミロース（直線状構造のデンプン）をほとんど含まない穀類のことです。穀類にはデンプンが多く含まれており、アミロースとアミロペクチン（網目状構造のデンプン）に分けられます。アミロペクチンが多いほど（つまりアミロースが少ないほど）デンプンの粘性は高まります。

米の場合うるち米ではアミロースが約20%、アミロペクチンが約80%ですが、もち米ではアミロースをほとんど含んでいません。低アミロース米（アミロース含量約10%）は粘りが強く、冷えても固くなりにくいことから、うるち米とブレンドして販売されていることも多いです。

長野県農業試験場では、大麦のもち性品種「ホワイトファイバー」（東山皮糯 109号）を開発しました（H28から長野県奨励品種）。このもち大麦は、お米と一緒に炊飯する麦ごはんとして食べられます。通常麦ごはんというと、硬く粘りのないイメージがありますが、このホワイトファイバーはもち性であるため、モチモチでプリプリな食感を楽しむことができます。ゆで麦にしてサラダやスープのトッピングにも使えます。

また大麦に含まれている水溶性の食物繊維のβ-グルカンは、「糖質の吸収コントロール」や「血中コレステロール抑制」などの効果があります。特にもち大麦である当場が育成した新品種「ホワイトファイバー」には、β-グルカンが一般的な大麦よりも多く含まれています。さらに外国産もち大麦より、加工製品が明るく白いことも大きな長所です。松本地域では、今秋から全国に先駆けてもち大麦の大規模商業栽培が開始されます。これまでもち大麦製品は、ほぼ全て輸入品に頼っていましたが、これからは国産の「ホワイトファイバー」を使った商品化が検討されています。



左)ホワイトファイバー 右)外国産市販もち大麦
麦3割炊飯で色の違いがよくわかります



主要品種であるシュンライと同等の収量性、
栽培適性をもち、成熟期も同時期の早生品種

担当者	田淵秀樹	電話番号	026-246-9783
-----	------	------	--------------

[試験場だより・知って納得コーナーに戻る](#)

[農業試験場ホームページへ](#)