

ラフィネ

RAFFINE

加東市産
もち麦いり！
※もち麦の詳細は
裏面に！



期間限定

ご当地

グルメセット

¥1,980(税込)

ご当地その①
山田錦

主に日本酒醸造に
用いられ「酒米の王」とも
呼ばれる「山田錦」を
ジェラートに仕立て
ご用意しました

山田錦のジェラート

ご当地その②
播州
百日鶏



「わ焼」は、昔農家の
「鍬」の上で焼いた事が
始まりといわれ、おひろ、多回煎べ
育てられた「播州百日鶏」を
甘辛い味付けで焼き上げました。

ご宿泊の方におススメ！

お品書き

- ・播州百日鶏もも肉のくわ焼き
- ・ミックスサラダ・ドレッシング
- ・もち麦入りおにぎり
- ※ゆかりご飯に変更可能です。
- ・日替わり小鉢
- ・お味噌汁
- ・お漬物盛り合せ
- ・山田錦のジェラート

※販売期間は2024年9月末までの予定ですが、
状況によって変更になる場合がございます

詳しくはオフィシャルホームページで ▶▶▶ <https://www.nishiwaki-royalhotel.jp>

西脇ロイヤルホテル

検索

Apika 西脇ロイヤルホテル

Daiwa House Group®

西脇ロイヤルホテル

兵庫県西脇市西脇991番地 〒677-0015
Tel 0795-23-2000 Fax 0795-23-8604

0120-618-033

地下駐車場完備 /
お食事ご利用で3時間サービス
※フロントにて駐車券をご提示下さい

ECO
FIRST

エコ・ファースト企業
環境大臣認定

We Build ECO

Daiwa House Group®

加東市産もち麦

「キラリモチ」

是非食べてみませんか？

もち麦ってなんだろう？



大麦には小穂に小花が2列に並んでつく二条大麦と、6列につく六条大麦があります。

小穂を上から見たところ

もち麦は大麦の一種

「大麦は米と同じように「うるち性」の大麦と、「もち性」の大麦があります。そのうち「もち性」の大麦のことを、「もち麦」と呼んでいます。

もち麦は穀物の中でも食物せんいがたくさん含まれていて、特に水溶性食物せんいが米や小麦に比べて多く含まれています。食べたときの、もちモチの食感が特徴です。

大麦はいろいろな食べ物に使われているよ。

二条大麦はビールや焼酎、六条大麦は麦みそ、麦茶などの原料になります。また、皮がはがれにくい「皮麦」と皮が自然にはがれる「はだか麦」があります。



もち麦には食物せんいがたくさん！

私たちがいつも食べている白いごはんは、お米を精白するときに、食物せんいははってしまいます。でも、もち麦は精麦（せいばく）したあとも、白いごはんの20倍近い食物せんいが残っています。さらにうれしいことに、野菜ではとりにくい水にとける水溶性食物せんいと、腸のおそうじをしてくれる水にとけない不溶性食物せんいをバランスよくふくんでいます。

食物繊維含有量 (100gあたり)	
もち麦	4.2g (水溶性) / 6.8g (不溶性)
精白米	0.5g (水溶性) / 2.3g (不溶性)
玄米	0.7g (水溶性) / 0.7g (不溶性)

もち麦—日本食品分析センター、その他—日本食品標準成分表2020年版(八訂)

キラリモチってなんだろう？

加東市で育てられている「キラリモチ」はもち麦の品種名です。

キラリモチの特徴は、

- もちもちおいしい** もちもちとした粘りがあり、やわらかな食感です。麦特有の臭みが少ないです。
- 水溶性植物繊維が多い** 水溶性植物繊維である「β-グルカン」がうるち性品種よりも1.5倍程度多く含まれています。
- 加熱しても白さを保つ** 炊飯などの加熱や調理しても茶色くならず、淡い黄色がかった白色を保ちます。

もち麦の食べ方

もち麦の炊き方動画はこちら

もち麦ごはんのおいしい炊き方

用意するもの

- お米 2合 ●もち麦 100g ●炊飯器 1台
- ポウチン、ざる、各1つ ●水
- 軽量カップ1個

もち麦が育つまで



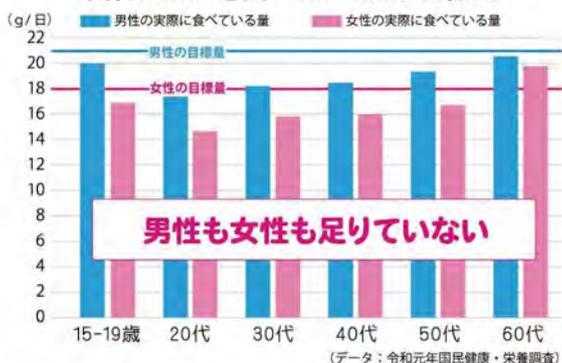
（製作・企画）加東市もち麦活用協議会 （協力）株式会社マルヤナギ小倉屋 （発行）令和6年2月
 【マップに関するお問合せ先】〒673-1493 加東市社50 加東市もち麦活用協議会事務局（加東市産業振興部農政課）TEL.0795-43-0518

※マルヤナギ小倉屋出版「もち麦のおはなし」より抜粋

おいしくて食物繊維たっぷり！

「ご当地グルメセット」のおにぎりにも入っています！

食物せんいを食べている量と目標量



「水溶性食物繊維＝発酵性食物繊維」を
 しっかり摂れる穀物、もち麦。

