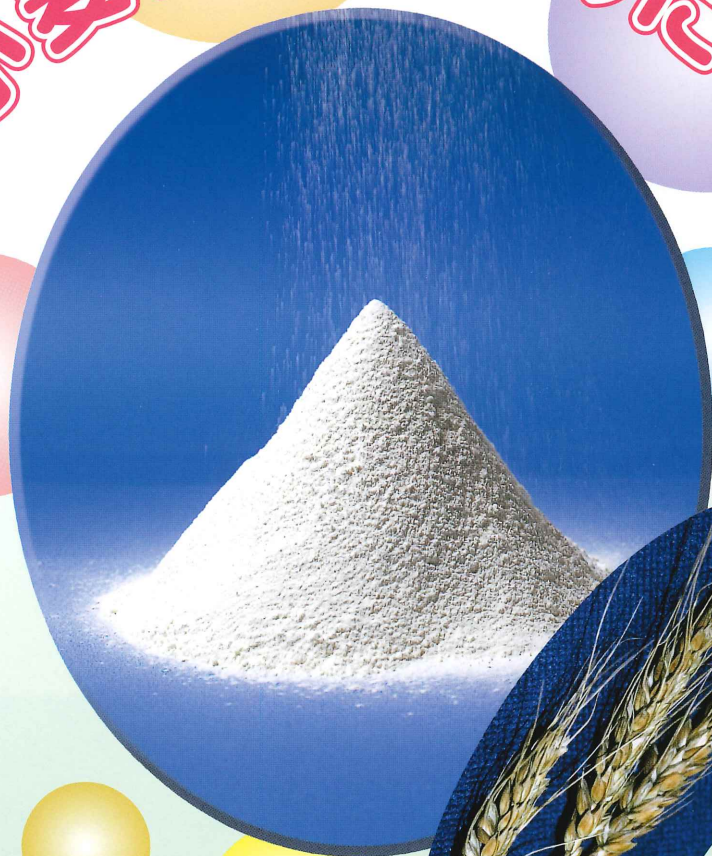


小麦粉ってなあに？



いっばんざい だんほうじん せいふんしんこうかい
一般財団法人 製粉振興会

パンやめんやおかしは、小麦粉が



パン、うどん、
スパゲッティ、ケーキ
なに
何からできているか
わかるかな？

それは、^{こむぎこ}小麦粉。



らできている

「^{こむぎ}小麦^こ粉^こってなあに？」



^{こむぎ}小麦^みの実^{はんぶん}を半分^きに切^きってみると
^{しろ}白^{しろ}いところがある。

この^{しろ}白^{しろ}いところを^{こな}粉^{こな}にして、
あつめたのが^{こむぎ}小麦^こ粉^こというんだ。

うどん^{づく}作り 〈1〉

こむぎこ
小麦粉から、うどんを^{つく}作ってみよう。

① ざいりょう (4人分)^{にんぶん}

こむぎこ ちゅうりきこ
小麦粉 (中力粉) 300g

みず
水 135ml

しお 15g



② はじめに、水^{みず}にしおを
入れてと^いかして、
しお水^{みず}をつくる。



③ 小麦粉^{こむぎこ}にしお水^{みず}をくわえて、こねていく。



④ こねていくと、

ねんどみたいなかたまりになる。

^{あし}足でふんだ後、^{あと}しばらくそのままにする。



⑤ ぼうでのばして、

その後、めんを^{つく}作るために、まとめる。



うどん^{づく}作り 〈2〉

⑥ ほうちょうで^き切る。



⑦ ゆでる。



⑧ できあがり。



⑨ ^た食べてみる。

うーん、
おいしい!



マメちしき

じつ ^{こむぎこ}
実は、小麦粉には、
パンにはパン用 ^{きょうりきこ}（強力粉）、
うどんにはうどん用 ^{ちゅうりきこ}（中力粉）、
おかしにはおかし用 ^{はくりきこ}（薄力粉）
^{こむぎこ}の小麦粉があって、^{つく}作るものによ
ってつかいわけている。

こむぎ こむぎ こ
小麦や小麦粉はいつからあったの



こむぎこ
小麦粉のもとである小麦は、
むかしからあった、^{くさ}草のひとつだったんだ。
その実が^み大き^{おお}かったので、
よく^た食べられるようになった。



か？

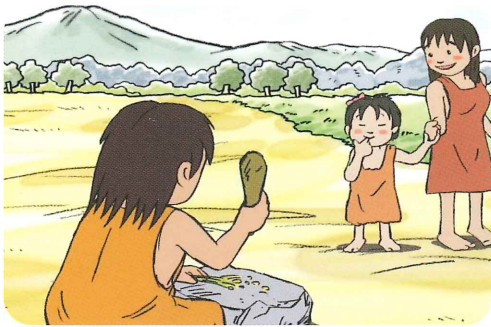
むかしの^{ひと}人は小麦^{こむぎ}の実^みを、

石^{いし}でたたいたり、

つぶしたりして、粉^{こな}にし、水^{みず}でこねて

焼き石^{いし}の上^{うへ}におき、

やいて食^たべていました。



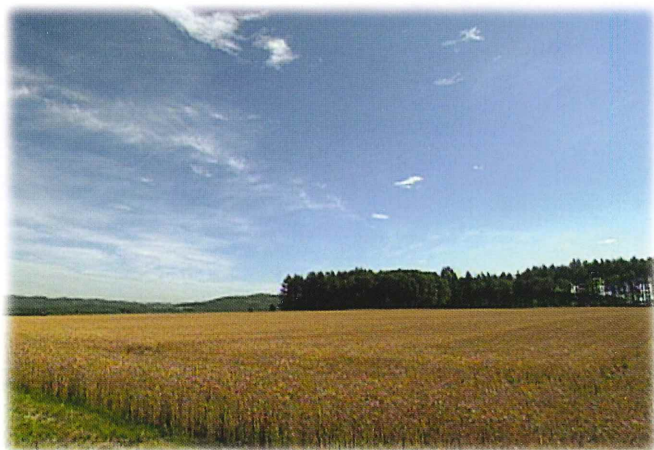
しばらくたって、

小麦^{こむぎ}から、小麦粉^{こむぎこ}をとりだして、

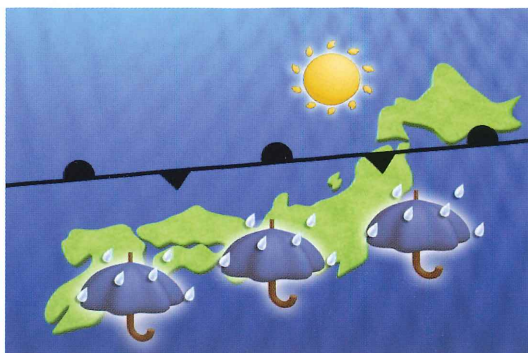
パンやめん^{つく}を作るようになったんだ。

にほん こむぎづく 日本の小麦作り

にほん
日本でも、むかしからこむぎつく
小麦粉からうどんやそうめんなどの
こむぎこ
めんをつく
めんを作っていたんだ。



こむぎ ^{がつ}
小麦は、6月ごろできるんだけど、
このころ ^{あめ}雨がたくさんふるので、
^{あめ} ^{よわ} ^{こむぎ} ^{にほん} ^{つく}
雨に弱い小麦は日本では作りづらい。



^た ^{ぶん} ^{がいこく} ^か
足りない分は、外国から買っている。



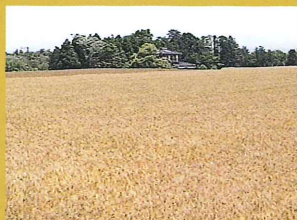
こむぎ こめ 小麦とお米のちがい

こむぎ こめ
小麦とお米は、

ちがうものということを知っている？

つく
作っている
ところ

こむぎ
小麦



はたけ
畑



こな
粉にする

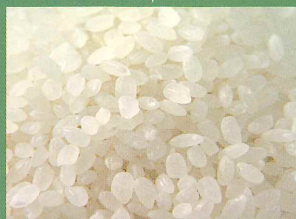
ほ

た
食べかた

こめ
お米

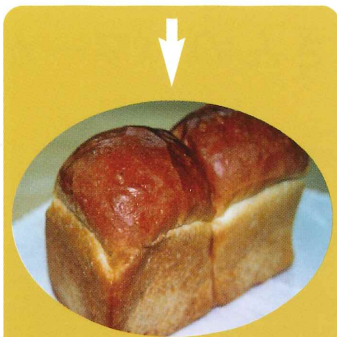


た
田んぼ



つぶのまま

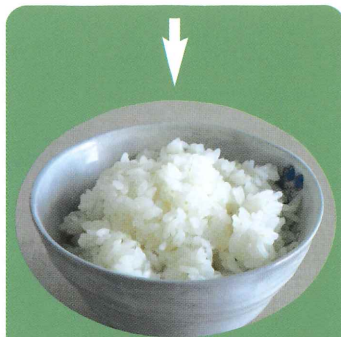
できるもの



パン



めん など



ごはん



おにぎり など

マメちしき

むぎ とう いう なま え 名前 が つく も の に は、
みそ や 小麦 ちゃ になる おおむぎ 大麦
という も の も ある。

こむぎこ 小麦粉パワーのいろいろ

こむぎこ
小麦粉には、たくさんのパワーがあるんだよ。



からだ
体をうごかすエネルギーになる。



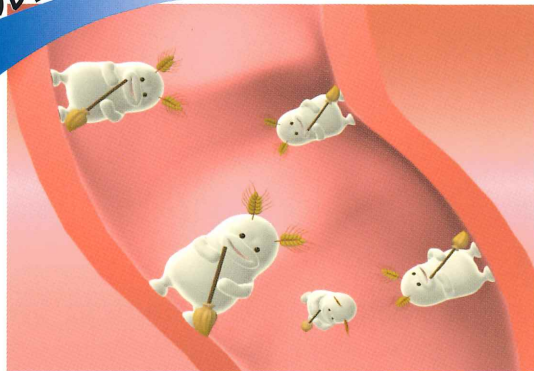
いろいろな食^たべものとなかがいい。

へんしんパワー



パンやうどんなど
いろいろなものにへんしんできる。

ヘルシーパワー



おなかのなかをおそうじしてくれる。

こむぎこ
小麦粉ってすごいね。

いっ ばん ざい だん ほう じん せい ふん しん こう かい
一般財団法人 製粉振興会

〒103-0026

とうきょうとちゅうおうくにほんばしかぶとちよう ばん ごう
東京都中央区日本橋兜町 15番6号
せいふんかいかん かい
製粉会館 2階

でん わ だいひよう
電 話 03-3666-2712 (代表)

F A X 03-3667-1883

ホームページ <http://www.seifun.or.jp> (こむぎこのおはなし)

E-mail : info@seifun.or.jp