

## 徳島県佐那河内村産古代米 「めがみ米」



天上の霧が育てた女神の米「めがみ米」

Rice goddess brought up in a heavenly mist.



徳島県唯一の村 佐那河内村からお届けする 古代米「めがみ米」  
古事記に登場する佐那河内村の日本最古の棚田で作られた古代米です。

## 佐那河内米がおいしい理由



[林博章著書より抜粋]

天空の村の棚田。古事記に登場する日本最古の棚田で作られた古代米「めがみ米」

「めがみ米」が作られる徳島県唯一の村「佐那河内村」は標高 100 m の高さに位置し、朝夕に気温の寒暖差が激しく、雨も沢山降るため霧が発生します。そのためお米の糖分が増ってきます。水も山からの天然水。山からの水は冷たいため、一度堰き止めて温度を上げてから棚田へ入れています。土はミズ糞土から作られる栄養たっぷりの自然の土です。そんな環境で作られた「めがみ米」なのです。



佐那河内村で「めがみ米」を作っている 農家さん達

「めがみ米」は佐那河内の農家さん達が手間暇かけて、愛情をこめて作った古代米です。



### 味、ツヤともに古代米の中でも特級品の「めがみ米」

「めがみ米」は黒米（もち米種）赤米（うるち米種）の2種類。黒米・赤米ともに、たばく質やビタミン、ミネラル、カルシウムなど栄養がたくさん。食べ方は簡単。白米に混ぜ炊くだけ

洗った白米 1 合につき小さじ 1 杯の「めがみ米」を入れて普通の水加減で炊くだけ。玄米だけど炊き方は簡単。普通に炊くだけでおいしいご飯が出来上がり。玄米の持つ食べにくさはありません。小さなお子さんでも大丈夫。おいしいと言って食べてくれると評判です。

### おいしいだけでなく、美容と健康にも強い味方「めがみ米」

赤米は赤色系色素タンニンを、黒米はアントシアニンを含みます。かつて世界の3大美女の一人といわれた、中国の楊貴妃が好んで古代米を食べたとされている理由がわかります。まさに美人のお手伝いをしてくれるお米「めがみ米」です。