

California Raisin Report

カリフォルニア・レーズン レポート

No.80 2017



ベーカリー新製品開発コンテスト入賞者によるアメリカ研修旅行(2017年6月8日～17日)

2016年10月に開催したベーカリーコンテストの入賞者による研修旅行は、メキシコ、ドイツ、中国で開催されたパン・菓子コンテストの入賞者も参加して 実施されました。一行は、CIA(The Culinary Institute of America/ アメリカ料理専門学校)を訪れ、米国での製パン業界最新動向の特別講義を受けたのち、それぞれの受賞作品の製作を行いました。慣れない材料や設備での作品製作に戸惑いながらも、他では経験の出来ない貴重な体験を楽しんでいました。

その後、レーズンの生産地であるフレスノに移動し、生産者との懇親会、ぶどう畑とレーズン加工工場の見学、ベーカリーやスーパーマーケットの視察など、レーズンとアメリカの食文化に触れた盛りだくさんの内容でした。

カリフォルニア・レーズンのほとんどが、ナチュラル・シードレスというぶどうから作られますが、種なしで皮が薄く、甘くおいしいことが特長です。1月に枝を剪定されたぶどうの木は春に若芽を出し、5月頃に開花、真夏の太陽のもとで果実を実らせます。8月から9月にかけての収穫時期の昼間は40度以上、夜間は平均20℃に低下という、昼夜の温度差がぶどうの糖度を上げます。これが、甘くておいしいカリフォルニア・レーズンの秘密です。

ぶどうの乾燥には、大きく2つの方法があります。熟したぶどうを一房ずつ手摘みし、ぶどう畑の畝にひいた防水処理済みのペーパートレイの上に広げ、2～3週間かけ十分に天日干しする昔ながらの手摘収穫と、機械収穫です。機械収穫では、枝を切ったぶどうの枝を切り、それを畑に渡したワイヤーにかけ乾燥させます。一つは、半分乾燥したぶどうを機械により吸い取り畝にひいた切れ目のないペーパートレイの上におき、更に1～2週間天日乾燥するというもの。もう一つの方法は、DOV(枝ごと乾燥)と呼ばれ、ワイヤーにかけたままの状態です。

集積されたレーズンは、大きな枝を取り除いた後スエットボックス(500～550kg)に入れられ、加工工場で保管されます。この時点でまず品質検査があり、良品のみが加工工程へと移されます。加工の第一段階で、振動式のベルトコンベアー、送風機や吸引機を使用し小枝や小石、砂などの異物を除去し、また、キャッパーという専用の機械でキャップシステムを取り除きます。異物が取り除かれたレーズンは、スクリーンでふるいにかけてられ、サイズ選別後、清浄な地下水を使い繰り返し洗浄されます。その後、レーズン以外の物質を感知しエアースプレーで異物を除去するレーザーソーターを通ります。機械を使用した工程後、異物の混入やサイズの不揃いがないか、人の目による入念なチェックも行われています。

今回の研修旅行では、収穫の様子は見学できませんでしたが、参加者は延々と続く広大なぶどう畑に感動し、レーズンになる前のぶどうを楽しんでいました。



CIAで制作した入賞作品とジョリン氏を囲むメンバー



ぶどう畑を見学



鮮やかに実るぶどう

生産

手摘みで収穫したぶどうはペーパートレイの上に広げ、約2週間乾燥

裏返して約2週間目乾燥を終え自然な褐色のレーズンに



真夏の太陽のもと重く熟したナチュラル・シードレスの房

手摘み収穫



手摘み

機械収穫



枝ごと乾燥



連続トレイ

加工と品質管理



集積されたレーズンはスエットボックスで保管

砂や微細な異物の除去

キャッパーによるキャップシステムの除去

サイズの選別



繰り返し行われる清浄な地下水による洗浄

光センサーで異物を感知エアースプレーで除去するレーザーソーター



人の目による入念な異物チェックと除去



カリフォルニア・レーズンに豊富な**食物繊維**を学ぼう！

「食物繊維を摂って便秘解消!」という言葉をよく聞きます。食物繊維は、「消化されずに必要な栄養素まで出してしまう」食べ物のカスだと思われてきましたが、現在では腸内環境を正常に保つための働きや、血糖値の上昇抑制、コレステロールなどの余分な脂質を排出するといった様々な重要な働きがあることがわかってきました。食物繊維の摂取量が年々減少していると言われていたのですが、その具体的な働きや摂取の仕方について、大阪青山大学の海老原清先生と島田良子先生に伺いました。

〈お話をお聞きしたのは…〉

海老原 清先生
大阪青山大学健康科学部
健康栄養学科教授

島田 良子先生
大阪青山大学健康科学部
健康栄養学科助教
管理栄養士

食物繊維の摂取量が減った現代の食事

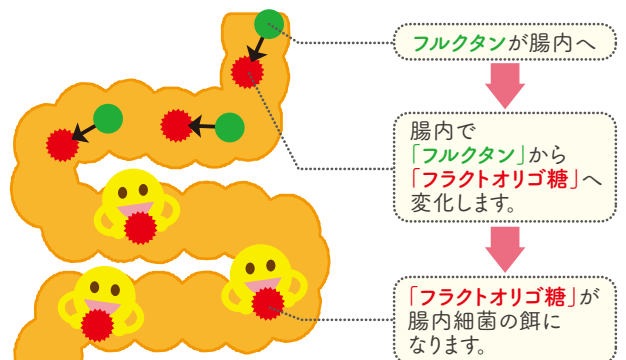
食 食物繊維の摂取は、エネルギー1000kcal当たり10gが目安です。性別や年齢、体重などによって摂取カロリーが違うので食物繊維の摂取目安量も違ってきますが、成人女性の平均で1日あたり17g～20g、男性は19g～22gです。日本では、サラダなどの喫食機会が増えた一方、煮物などの調理野菜の喫食機会が減っているため、食物繊維の摂取量は年々減少し目標量には達していません。また、食品加工の技術が進み、食物繊維は食感を乱すということで取り除かれていったことも、食物繊維の摂取量を減らす原因になっています。

食物繊維の種類

食 食物繊維は水溶性、不溶性食物繊維に分類され、それぞれの働きが知られています。しかし、食物繊維源である野菜、海藻などは、それぞれの食物繊維を併せて含んでおり、普段の生活でそれらを別々にとることはほとんどありません。

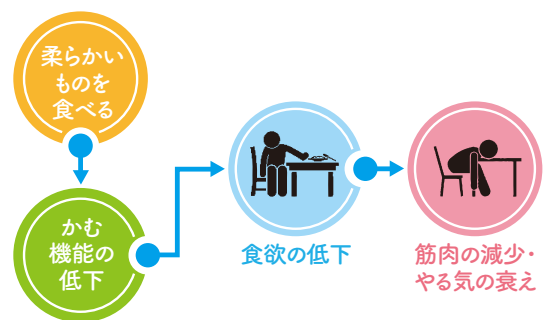
健康な「腸内細菌」の保持の重要性

大 腸には多くの種類の腸内細菌が生息しており、それらはそれぞれいろいろな性質をもっています。また、その性質がヒトに独自の影響を与えています。近年、腸内細菌が肥満に関係していることも明らかになってきています。身体の中で最初に造られる腸と脳の関係は密接です。カリフォルニア・レーズンには、腸内でフラクトオリゴ糖に変化し腸内細菌の餌になる水溶性食物繊維の一種であるフルクタン(イヌリン)が含まれています。欧米ではチコリなどから摂取できますが、チコリなどあまり親しみのない日本でフルクタンを摂るにはレーズンは有効的な食品です。フルクタンは、血糖値の上昇抑制やコレステロールなどの余分な脂質の排出の効果も期待できます。



「噛む」ことで消化管も鍛える！

咀 嚼して食べることは、脳を刺激する意味でも大変重要です。食物繊維が多い食品は、必然的に噛む回数が増えます。刺激された脳からの分泌物が消化管の筋肉を刺激し、鍛えることができます。昨今の子供達は柔らかいものを好んで食べる傾向があります。食物繊維を含む食事の摂取は、咀嚼回数を増やします。咀嚼はただ単に食塊を噛み砕き、小さくして飲み込み易くするだけでなく、脳を刺激し、小腸に消化・吸収の準備をさせる働きがあります。高齢者にとっては、認知症の予防にもつながります。



カリフォルニア・レーズンの「食物繊維」の上手な摂り方

レーズンには、水溶性と不溶性食物繊維が100gあたり合計4.1g^{*1}含まれ、3割が水溶性、7割が不溶性です。

加えて、ぶどうが乾燥する過程で形成される水溶性食物繊維の一種「フルクタン(イヌリン)」が含まれることも特長の一つです。レーズン100g中に含まれるフルクタンは5.7g^{*2}で、水溶性・不溶性の4.1gと合わせると、食物繊維の合計は100g中約10gになります。



金丸絵里加さん

管理栄養士、料理家、フードコーディネーター。栄養カウンセリング、病態別メニュー開発のほかに、メニューコンサルタントとしても活躍。

カリフォルニア・レーズンキャンペーン ベーカリー向け 売場づくりコンテスト 優秀店舗発表

3月～5月実施の「カリフォルニア・レーズン キャンペーン」期間中、店舗スタッフのモチベーション向上と積極的なキャンペーン実施、消費者へのキャンペーン訴求促進を目的として毎年売場づくりコンテストを開催しています。年々、参加ベーカリーも増え、今年もアイデア満載の応募を多数いただきました。協会マスコットのズンちゃんは、消費者の印象に強く残るようで、今回もズンちゃんを活用したディスプレイが多くみられました。



最優秀賞 エーワンベーカリー JR 京橋駅店
大阪府大阪市

担当者コメント: 全店でカリフォルニア・レーズンフェアを共通商品で開催しましたが、お店でもさらにオリジナルアイテムを追加し、売り場にボリュームを出しました。試食も欠かさずに出したので、普段レーズン商品をあまり買わないというお客様も、「レーズンのパンってこんなに美味しいんだ」と購入して下さいました。



石窯パン工房 ル・マタン
薬円台店
千葉県船橋市



鳴門屋製パン
イトーヨーカドーアリオ八尾店
大阪府大阪市



石窯パン工房アヴァンセ
江南店
愛知県江南市



グリム紫月庵
福島県伊達郡



パン工場 小郡店
福岡県小郡市



パン・アキモ石窯パン工房「きらむぎ」
栃木県那須塩原市



神戸屋キッチンエクスプレス蒲田店
東京都大田区



ボンバドウルダイヤキッチン店
神奈川県横浜市



パン工房 鳴門屋 桃谷本店
大阪府大阪市

成人の食物繊維「摂取目標量」1日男性19g以上、女性17g以上を目指して、こんなレシピがオススメです。

Recipe

「かぼちゃのサラダ」

食物繊維量(1人分3.8g)

(材料:2人分)

かぼちゃ……………150g
カリフォルニアレーズン…20g
クルミ(無塩・ロースト)…20g
塩・こしょう……………少々

〈A〉マヨネーズ……………大さじ1/2
プレーンヨーグルト…大さじ2
はちみつ……………小さじ1

1) かぼちゃはひと口大に切り、耐熱皿に入れてラップをふんわりとかけて、電子レンジで3分加熱する
2) ボウルで〈A〉をまぜ、①を温かいうちに加えて、カリフォルニアレーズンとクルミを加えてさっくり混ぜて塩、こしょうで味を調える

Recipe

「豆とレーズンのサラダ」

食物繊維(1人分7.6g)

(材料:2人分)

アボカド……………1/2個
トマト……………1個
カリフォルニアレーズン…40g
ミックスビーンズ(水煮)…60g

玉ねぎ(みじん切り)…1/8個
レモン汁……………大さじ1/2
塩……………小さじ1/4
オリーブ油……………大さじ1
しょうゆ……………小さじ1/3

1) アボカドは種を取り1cm角に切り、トマトも同様の大きさに切る
2) ボウルに〈A〉を入れ、とろっとするまでよく混ぜる
3) カリフォルニアレーズンとミックスビーンズ、アボカドを入れて崩れるまでよく混ぜ、最後にトマトを加えてさっくり混ぜる

カリフォルニア・レーズン キャンペーン終了

毎春恒例となりました「カリフォルニア・レーズン キャンペーン」(3月～5月実施)は、全国のベーカリー、製パン・製菓メーカー、和・洋菓子店、リパッカーと86社にご参加いただき、応募総数は昨年より一割増の16万2千通を超えました。6月20日(火)に抽選会を行い、4,500名の当選者を選出しました。本キャンペーンは、2018年春も実施予定です。応募マークシールを貼付するのが難しい製品やオンラインで販売の製品、また外食事業で提供しているメニューなど、カリフォルニア・レーズンを使用していましたら参加対象となります。購買者への販売増加施策として、また新規購買層獲得プロモーションとしてご活用ください。



※2018年キャンペーンの概要は、2017年秋に決定予定です。ご興味がありましたら、本紙のアンケートにてお知らせください。

ズンちゃんNEWS



キャンペーン告知活動の一環で、昨年に続き「カリフォルニア・レーズン 川柳コンテスト」を実施したんだズン♪

月に一名の大賞を選んだんだけど、3ヶ月間でなんと3,600句以上の応募があったんだズン! どれも力作ぞろい、選ぶのが楽しかったズン★

第一回

誰やねん
しもてたレーズン
食べたのは
タンタカタン

第二回

「れ」ときたら
「レーズン」しりとり
また負ける
桂

第三回

消えるのが
早いな部下も
レーズンも
ヤンじよう

カリフォルニア・レーズンと日本酒の意外な相性!

ワインやブランデー、ウイスキーとの相性の良さは広く知られているレーズンですが、日本酒、特に熟成タイプの日本酒との意外な組み合わせをご紹介します。

最近、日本酒の楽しみ方が改めて注目されています。おしゃれなボトルやスパーリングなども紹介され、特に若い女性の間では密かなブームになりつつあります。日本酒は精米歩合やその他の使用原料によって8つの特定名称に分類されますが、現在では特定名称のほかに、味わいにより「香りの高いタイプ」、「軽快なタイプ」、「コクのあるタイプ」、「熟成タイプ」の4タイプに分けられ、それぞれの味別に相性の良い料理があります。相性の良い日本酒と料理を組み合わせる事で、日本酒も料理も更に美味しく味わえるということです。

一般社団法人日本のSAKEとWINEを愛する女性の会(通称:SAKE女の会)代表理事でありトータル飲料コンサルタントの友田晶子氏は、未だ一般的に馴染みの深くない長期熟成酒や古酒とよばれる熟成タイプとレーズンのようなドライフルーツが合うと提案しています。熟成がもたらす複雑で芳醇な味わいを個性が強いと感じる人も少なくありませんが、ドライフルーツと一緒に口に含むと、その個性的な味わいを自然においしく楽しめるようになります。

特に、天日干しで作られるカリフォルニア・レーズンの持つ凝縮した果実味と砂糖を加えていない自然の甘さ、心地いい酸味が、熟成酒が持つ同様の複雑で洗練された甘みとほんのりとした酸味、口の中に残る長い余韻と同調し、その相性は最高です。レーズンはそのままでも、レーズンをふんだんに使用したリーンなパンのスライスなども、熟成酒にはよく合います。また、レーズンは粒なので、食後でも自身で食べる量が調整でき、食後酒として熟成酒を楽しむときにも活用できます。



※日本酒の味わい「4タイプ」とそれぞれの味わいに合うレーズン料理に関しては、協会のHPに収載されているリリースをご参照ください。



レーズンと日本酒で
夏の暑さを
吹き飛ばそう!



アンケートのお願い

本誌で取り上げてほしいカリフォルニア・レーズンに関連したテーマやトピックがありましたら、同封のアンケート用紙にてお送りください。また、プロモーションツールやレシピブックなども、アンケートにてお申込みできます。ご意見やご要望など、今後のプロモーション活動の参考とさせていただきますので、ご協力お願いいたします。



スマートフォン用アンケートはこちら

カリフォルニア・レーズン協会
<http://www.raisins-jp.org/>
E-mail: info@raisins-jp.org

