

おうちでお米づくりにチャレンジング!

バケツ稲を食べてみよう! おうちで脱穀 (だっこく) ともみすり

おうちで苗から育てた稲もいよいよ稲刈りです。でも収穫した稲はそのままでは食べられません。おうちでも簡単にできる脱穀 (だっこく) ともみすりにチャレンジして玄米を作ってみましょう。

■稲刈り■

用意するもの：鎌 (なければハサミ) と紐



稲の根もと近くをもって鎌で一息に切ります。鎌がない場合は1本ずつはさみで切ってもよいです。コンテストに応募する場合は、1株ずつ束ねてください。



切り取った稲は根元から10cmくらいのところをひもでしばって、湿気の少ないところで1週間ほど干してください。

■脱穀ともみすりの方法■

脱穀は稲の本体から種(モミ)を取り外す作業。もみすりはモミから外側のから(モミガラ)を取り外し玄米にする作業です。通常のごはん(白米)は玄米からさらに表面のぬかを取り除く精米を行ったお米です。

用意するもの：割りばし (割っていないもの)・すりこぎ・すりばち・小皿



脱穀:稲穂を1本ずつ割りばしにはさみ、ゆっくりと茎のほうにひっぱります。割りばしはくっついている部分のすぐ近くで挟んだほうがモミをとりはずしやすいです。



もみすり:すりばちにモミを入れゴマをするときのようにすりませます。最初は力を入れて、カラがむけてきたら少し力をぬいでください。



ある程度むけたら小皿に中身を移し、軽くゆらしながらそっとカラを吹き飛ばします。

上の2つの作業をくりかえすと玄米になります。あまり力いっぱいすると粉になってしまうのでご注意ください。

**1株から取れた
モミの重さを
応募してみよう!**

