

ファストザイム米

酵素農法

米作りの匠が手塩にかけて育てた「ほんもののお米の味」がするお米。土にこだわり、十五年以上続く無農薬有機栽培を行っている土地で手間暇を惜しまず育てました。酵素農法によりミネラルやビタミンなどの栄養素や繊維質が豊富に含まれたこだわりの玄米を食卓へお届けします。



ファストザイム酵素農法

酵素農法は究極の微生物農法として近年注目を浴びています。三年半熟成発酵させた七十種類以上の原料を配合し、さらに一年半熟成発酵させ酵素肥料を作成しています。



酵素肥料には土壌の有用微生物の繁殖を促進する働きがあり、耕地は有機ミネラルや酵素などを含む【肥沃な耕地】となります。【肥沃な耕地】に育つ作物はテリ（光沢）がよく、糖度が増します。その上、抗酸化作用を有し日持ちが良いです。

米作りの匠



松永 雪男

宮中行事の新嘗祭（天皇が新穀を神々に供え、自身も食する宮中儀式）に献納する米の献納者にも選ばれたことがあり、無農薬有機栽培のこだわり農法を十五年以上続けている。

玄米の炊き方 ~おいしく玄米を食べよう~

圧力鍋



玄米 … 3カップ
水 …… 玄米の1.2倍
塩 …… 小さじ1/3

- 1 蛍火（※）に20分かける。
注）高圧・低圧の設定がある圧力鍋の場合は、高圧に設定してください。
※ 蛍火とは弱火よりもさらに弱い火力のこと。火力が強く、蛍火にならないガス台の場合はガスマツトを使いましょう。
- 2 強火にして、蒸気が強く出てきたら1～2分そのままにし、すぐに火を弱め、蛍火で30分以上炊く。（圧力のかかった状態を保ちます）
- 3 火からおろし、10～15分間蒸らす。

土鍋



玄米 … 3カップ
水 …… 玄米の1.2倍～
塩 …… 小さじ1/3

- 1 蛍火に30～40分かける。
- 2 火を強め、蒸気が上がったなら1～2分そのままにし、すぐに火を弱め、蛍火で1時間炊く。
- 3 火からおろし、すぐに天地返しをして10分蒸らす。
・やわらかく炊きたい場合は水を多めにし、炊く時間も長くする。
・土鍋によっては内蓋があり、比較的多量に仕上がりします。

炊飯器（白米モードで炊く方法）



玄米 … 3カップ
水 …… 炊飯器のメモリに従う
塩 …… 小さじ1/3

- 1 各々の炊飯器の説明に沿って炊く。
- 2 炊きあがったら、熱湯（またはお湯）2分の1カップを回し入れ、しゃもじでサックリと混ぜる。
- 3 もう一度炊飯スイッチを入れ、炊き上がったなら天地返しをする。

レシピ 奥野ユキコ



株式会社
グローリー・インターナショナル

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-23-18-202

TEL: 0422-79-1005 FAX: 0422-79-1006

<http://glory-web.com/>