



円山リゾット米プロジェクト

育てる人・作る人・食べる人
「みんなが笑顔」になるプロジェクト

食べる
美味しい笑顔

みんなで育てる
地域自慢の笑顔

調理
安心素材・楽チンの笑顔

購入
地元貢献の笑顔

円山地区では2016年から地域の活性化を目的に
リゾット米の栽培を地区の農家さんとスタート、
田植えや稲刈り、地区のイベントを通して交流を図ってきました。

2022年からリゾット米を地区の特産にしようと
「円山リゾット米プロジェクト」が発足、
リゾット米の普及のための商品づくり、
手軽なレシピの試作開発など日々活動をしています。



新登場! 小さいお子様からご年配の方まで大人気!



玄米チップス



ライスパフ
(みたらし味)

越のリゾット®
お米なのに香ばしい、
お米なのにサクフワ
シンプルで懐かしい、
本来の優しいお米の味を
お楽しみ下さい。

リゾット米プロジェクト
活動の様子
instagram



ご購入はこちらから

オンラインショップ



ふくいさん



楽天



ふるさとチョイス

ふるなび

ふるらぼ



一乗谷あさくら
水の駅

店頭

JAF福井県農産物直売所
喜ね舎 愛菜館



ふくい
食の国
291

円山リゾット米を置いてくださる
お店やレストラン募集中!
業務用はお問い合わせください

お問い合わせ

✉ enzans.r@gmail.com

〒918-8212
福井県福井市北今泉町7-12
円山公民館内

<https://rizotenzanz.wixsite.com/enzan>



HPはこちら



コシヒカリの里福井県

高アミロース米
低GI食品



円山リゾット米プロジェクト

ごはんの、新しい健康習慣!
味つきごはん専用米



福井県が開発した新しいお米 「越のリゾット」

「越のリゾット」とは

山々から流れ出るきれいな水が豊富な福井県では、昔から米づくりが盛んで、コシヒカリやいちほまれなど多くのお米の品種を開発しています。福井市円山地区で栽培する「円山リゾット米」は、2020年に福井県農業試験場が品種改良したパエリアやリゾットなどの調理用専用の「越のリゾット」という新しい品種のお米です。



「越のリゾット」の特徴

1 味がしみやすく煮込んでも溶けにくい粒感のあるお米

通常の白ごはんとは異なり、スープで煮込んでも粒がしっかりと残り、どろどろに溶けません。味もよく吸うのでパエリアやリゾット、お鍋のしめとしてもおすすめです。

2 からだに優しい「高アミロース米」

普通に炊くだけでパラパラになる食感のリゾット米は難消化性デンプン(レジスタントスターチ)が多く食物繊維と同様の機能を持つと言われています。いつも食べているお米に少量ブレンドするのもおすすめです。

3 食後血糖値の上昇がゆるやかな「低GI食品」

消化がゆっくりなため血糖値の上昇がゆるやかです。食後血糖値が急激に上がらないため眠くなりにくく、午後の仕事の効率を妨げません。



食卓のニーズに合わせた3種類 [各2合(300g)入り]



越のリゾット®100% (リゾット・パエリア専用米) 円山リゾット米

程よいアルデンテ感が残る本格派米
炊飯したリゾット米にトマトソースを絡めて5分煮るだけ。再加熱しても粒感が残るので作り置きも可能。お鍋のペにも煮溶けず美味しい!

調理方法 炊飯器 フライパン



越のリゾット®×コシヒカリ (炊き込みごはん専用米) 炊き込みブレンド

食材を一品で摂れる炊き込みご飯
べちゃっと失敗しがちな炊き込みごはんが美味しく炊き上がります。コシヒカリにリゾット米30%ブレンド。旬の素材を入れてどうぞ。

調理方法 炊飯器 キャンプ用クッカー



越のリゾット®×アキサカリ (炊飯器用チャーハン専用米) チャーハンブレンド

チャーハン専用
研究されたブレンド米
フライパンを使わず炊飯器だけで本格的なパラパラチャーハンが作れます! アキサカリにリゾット米50%ブレンド。

調理方法 炊飯器

Recipe

炊飯器だけでパラパラチャーハン!
①炊飯器に調味料・具を入れる
②炊く
③炊き上がりにねぎのみじん切りと溶いた卵を混ぜ10分蒸らして出来上がり

炊飯器に入れるだけ! 毎日の新しい笑顔ごはん

ごはん作りが忙しいママの おすすめな食べ方

子どもたちの好きなトマトリゾットが簡単に。時間がたっても粒感がしっかり。冷めても電子レンジで温め直してOK。パーティや記念日にもGOOD!



パエリアもリゾットも自慢の一品に。
ご飯のレパートリーに変化をつけたい方へ



地元の農家さんの おすすめな食べ方

旬の食材や魚介類などお米の上に具材を乗せて味付けしたら、いつものように炊飯器でポン!簡単!
美味しい!みんなの笑顔が見えてくるね!



いつもの調理法そのまま。
簡単に、気軽に美味しく食べたい方へ



働くお父さんの おすすめな食べ方

好きな具材を入れてそのまま炊飯器へ。フライパンで作ったようなチャーハンを楽しめます。洗いものも少ないので僕のように男性でもできる気軽さがいいです!



フライパンはいらない!
本格的なチャーハンを炊飯器で

