



道総研

カルチャーナイト 2018 in 北海道総合研究プラザ

小豆粉で新しいおいしさ発見！

～製粉技術が小豆の用途を拡大します～

小豆粉の特徴

小豆の最大産地である十勝地方で採れた小豆を製粉して小豆粉を作りました。小豆粉は小豆の持つ食物繊維・ミネラル・ポリフェノールをすべてそのまま持っている健康的な食品素材です（表1）。

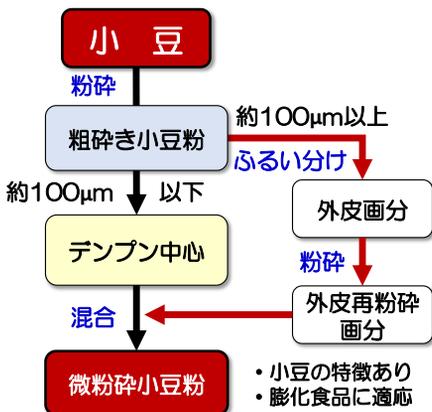
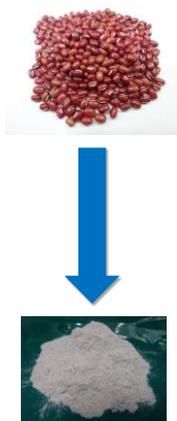


図 小豆粉の製粉法

表1 小麦粉・小豆粉の一般成分

	小麦粉		小豆粉
	薄力粉	全粒粉	
エネルギー (kcal/100g)	340.2	305.3	304.6
水分 (g/100g)	14.4	14.5	10.7
灰分 (g/100g)	0.3	1.6	4.0
タンパク質 (g/100g)	11.5	12.8	21.3
脂質 (g/100g)	1.8	2.9	0.7
糖質 (g/100g)	69.5	57.0	53.4
食物繊維 (g/100g)	2.5	11.2	10.0

小豆粉と小麦粉の食品成分を比較すると・・・

小麦粉の糖質分は薄力粉が約70%、全粒粉が約60%に対して小豆粉は約50%と低く、脂肪分もほとんど含んでいません。小豆粉はタンパク質は約20%、ミネラル分が4%と高く、食物繊維も約10%含んでおり、小麦粉（薄力粉）よりもカロリーが低く健康的な食品です（表1）。

小豆粉を使った製品

小豆粉を使った製品は、小麦粉を使った製品に比べて、ミネラル、タンパク質、食物繊維量が多くなっています（表2）。このような小豆粉の特長を活かした商品が、製菓企業などから販売されています。

スポンジケーキ



左：小麦粉、右：小豆粉

クッキー



左：小麦粉、右：小豆粉

表2 スポンジケーキ・クッキーの一般成分

	スポンジケーキ		クッキー	
	小麦粉	小豆粉	小麦粉	小豆粉
エネルギー (kcal/100g)	332.5	335.7	483.1	438.3
水分 (g/100g)	25.8	23.7	2.7	3.0
灰分 (g/100g)	0.5	1.2	0.3	2.0
タンパク質 (g/100g)	9.4	11.6	5.5	11.3
脂質 (g/100g)	9.7	10.1	20.3	18.7
糖質 (g/100g)	51.9	49.6	69.6	56.2
食物繊維 (g/100g)	2.7	3.8	1.6	8.8

【商品化の例】



ロールケーキ
音更町
アン・パルフェ



あずきブレッド
留寿都村
ルスツリゾート



小豆粉のチュイール
東京都
トラヤカフェ北青山店

連絡先 Contact

食品加工研究センター
応用技術部 応用技術グループ
主査（品質評価） 渡邊 治
011-387-4125
watanabe-osamu@hro.or.jp