

だから胡麻はおもしろい

もくじ

胡麻のきた道

世界の胡麻の利用と日本への道……………4
アジアの仏教伝来ルートと胡麻の分布……………6

胡麻を俯瞰してみる

味・栄養・機能・香・化粧品としても……………8

胡麻の成分

胡麻の栄養と、胡麻リグナン……………10

胡麻の食歴、エピソード

こんな人も胡麻を愛用していた……………14

胡麻に関するQ&A

……………16

胡麻の種類

国産胡麻、輸入胡麻の分類……………20

国産胡麻の栽培

国産胡麻の栽培から特産化へ……………26
全国胡麻栽培マップ……………27

胡麻を極める

国産栽培農家の胡麻栽培へのこだわり……………28
国産胡麻品評会で等級をさめる……………29
国産胡麻の特産化……………31

胡麻を元る、胡麻製品のあれこれ……………32

胡麻の煎る、描る……………38

胡麻の伝える「胡麻ソムリエ」という胡麻の達人……………42

機能性胡麻

リグナンリッチ黒ごま……………46
ミャンマーでの栽培から機能まで……………50

発芽胡麻……………56

胡麻若葉……………60

胡麻レストラン紹介

胡麻レストラン「世沙弥」……………68

胡麻の文献紹介

……………70

※この目録子をまとめるにあたり、下記の各所に、資料提供や情報提供をいただきました。

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課

農林水産省 食料政策課