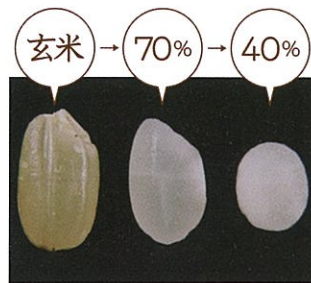


米の磨き具合で味が変わる！ 精米歩合に注目して飲む

磨くほどに軽やかに
なる精米の妙

日本酒造りでは米が磨かれる。磨く（精米）というのは、米の表層部を削り取り、中心部を残すことだ。これは、米の外側にはタンパク質や脂質が多く含まれ、それが多過ぎると酒にしたときに雑味となりやすいからだ。精米によってよ



左から玄米、外側を約1/3削り取った精米歩合70%、約2/3削り取った精米歩合40%の米。酒造りではこのようにまず米が磨かれる。

写真提供/酒類総合研究所

り純粋なデンプン質に近い中心部、白く不透明な心白が残る。酒米の王者と言われる「山田錦」を見ると、粒が大きくて磨きやすく、心白部分も大きいから、造りに適しているのがよくわかる。

現在、一般に造られている日本酒の精米歩合は80〜35%くらい。精米歩合とは、玄米の状態を100%として精米して残った部分の比率のことだ。

低精白の酒の魅力も また捨てがたい

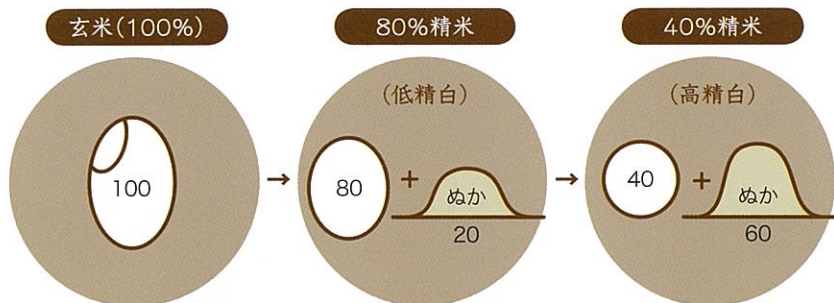
基本的には米を磨けば磨くほど、酒質は軽快に、きれいに仕上がる傾向にある。ただし、磨けばよいというものでもない。米は磨くほど割れやすくなり、精米時は熱を持って水分を失いやすいため、精米

歩合を高くするには時間をかけていねいに磨くことが必要だ。また、削り取られる糠の中には、発酵時に酵母の活動を活発にする成分もある。したがって、米が小さくなるほど、造りは難しく、繊細な造りが要求される。

米を磨いたきれいな味も魅力だが、今はあえて磨き過ぎない低精白の日本酒も注目されている。米造りに注力する蔵元が増え、米の品質や精米の技術があがった結果、必要以上に磨かず、いわば米自体の旨みを素朴に引き出そうという酒造り。そのやや厚みのある味わいも魅力だ。捨てる場所が少なくなるので、結果的に製造原価が抑えられ、コストパフォーマンスが高くなるのもうれしいところ。磨くもよし、磨かぬもよし。それぞれのよさを感じながら楽しみたい。

精米するとどうなる？

玄米を100%として、表層部を削り取り、残った白米の割合を示すのが精米歩合。



籾殻のみを取り除いた削る前の状態。酒造好適米の場合、中央部に心白と呼ばれ、純粋なデンプン質に近い部分がある。

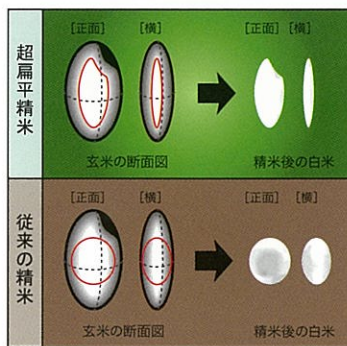
精米歩合80%とは、玄米を磨いてもとの80%にした状態。削り取った20%はぬかに。低精白（削る度合いが少ない）の場合、素朴で厚みのある酒質となりやすい。

精米歩合40%とは、玄米を磨いてもとの40%にした状態。削り取った60%はぬかに。高精白（削る度合いが大きい）にすると、より軽快できれいな酒質となりやすい。

注目!

最新の精米技術 扁平精米

通常の精米機で米を磨いてくと、高精白するほど米は球状になっていく。その場合、心白は縦長なので、どうしても米の厚み部分で雑味のもとになる成分が残ってしまう。これに対し、米の長手方向を軸に回転させることにより、心白を損ねないように不要部分を削っていくのが「扁平精米」。福島の大七酒造が開発した技術「超扁平精米」に代表される手法だ。



図版提供/大七酒造