

A-66 炒め飯に関する研究(第一報)

広島文化短大 熊田ムメ 広島女学院大短大 平野マスコ O和泉公美子

目的 米の調理中、炒め飯は、その量の大小をとわず、炊飯しにくいとされている。このことについての解明は種々研究がなされているが、今回は主として、良好な炊飯が得られない要因の一つと考えられる食用油脂添加が米の組織にどのような影響を及ぼすかについて検討した。

方法 試料の米は広島県産の精白米を用いた。食用油脂として、バター・サラダオイルを使用。Sudan III、Sudan Black B. による染色を行ない、油脂が米組織中にどのように分布しているかを観察した。

結果 1) 米の組織中に吸収された油脂が、米組織の中心部までの熱伝導を悪くし澱粉のル化を抑制すると考えられる。

2) 通常、調理書によれば、炒め飯は洗米後、30分ザルに上げて炊めるという方法が記されているが、本実験では、1時間浸漬後、炒めるという方法が、よい炊飯をうると判断された。