

A-12 調理法による柿の葉ビタミンCの研究 (第2報)

中村学園大学 ○楠喜久枝 萩原由美

目的：緑の葉っぱである柿の葉に、ビタミンCの含有量がきわめて高いことについては、昭和50年九州家政学会支部総会において報告した。今回は引き続き実験を行ない、柿の葉を味覚的に美味しく、かつ栄養的にもビタミンCの補給源として食生活に取り入れることが出来るならばという見地から検討を行った。

方法：1) 柿の葉について昭和51年6月から11月落葉までの間、月別に採取したものを4分法により分割し、ヒドラジン比色法により総合ビタミンCを測定した。

2) 柿の葉を中ずる、煎る、中ずる煎る、蒸すの4方法により柿茶を作り、その保管方法、浸出回数による変化をインドフェノール(Dye法)法により、還元型ビタミンCを測定し常用するに好ましい条件を得る為に嗜好調査をも試みた。調理法による柿の葉ビタミンCの変化については、柿の生葉でジュースを、柿の葉天ぷらを作り、柿茶ではその浸出液を用いてゼリーを作り、各々の変化を見た。

結果：6月中旬に甘柿生葉1592mg%、渋柿生葉1244mg%、とビタミンC含有量は最高値を示し6月平均1250mg%で、その後漸次低下の傾向を示す。総体的に甘柿生葉に高い含有量を見た。柿茶製法では、中ずる煎る85℃で5秒間ボイルし、冷却後手もみしながら煎る方法にビタミンCの残存量が高く、又、嗜好性において5点評点法を用いた結果、色、香、味ともに他と有意差がみられ、好ましい結果をえた。浸出回数では85℃の湯を注ぎ1分放置後、浸出、この操作を1~5回まで繰り返した結果1回目の茶に多く、調理法、調味料による関係については、醤油、砂糖で加熱した時に約70%、柿茶ゼリーで浸出液の約85%のビタミンCが残存していた。