

A-78 干ししいたけの調理による無機成分の動向
別府大短大 江後迪子

目的 生しいたけ、干ししいたけの個体差および干ししいたけをもどした場合、水蒸した場合における無機成分の溶出について、灰分、Fe、P、Ca、Na、K、Mg、Cu、Znの動向を調べた。

方法 水分、灰分は常法により、Feはオルトフェナンスロリン比色法、Pはモリブデン青法、Caは尿素均一沈殿法、Na、K、Mg、Cu、Znは原子吸光法によって測定した。

試料は本年産春しいたけ3種を用い、そのうち2種については干ししいたけとして測定に用いた。しいたけは傘部と柄部に分けて各々について測定した。干ししいたけの調理については常温水もどしおよび70°C湯もどしの2通りについて行ない、さらにそれぞれ水蒸して浸出液、水蒸液を蒸発乾固して測定用試料とした。調理は水道水および脱イオン水を用いて、できるだけ同一条件で比較した。

結果 生しいたけ11点、干ししいたけ9点の無機成分にはかなりの個体差が認められた。部位による成分のちがいは、傘部にはP、Kが、柄部にはCa、Na、Mgが多く含まれていた。三訂食品成分表および三訂補食品成分表と著しく異なる成分は水分、灰分、P、Ca、Naであった。干ししいたけをもどした浸し液には各元素ともかなりの溶出が認められ、柄部に比べ傘部の溶出が大きい傾向が認められた。全般に溶出しやすい元素はFe、Na、K、Mgで、溶出しにくい元素はCaであった。常温水もどしと湯もどしについては、湯もどしすると溶出の大きいのはPであった。水蒸液との総溶出量はほぼ同様の結果となった。