

A 124 圧力鍋によるじゃがいもの加熱(第二報)

神奈川県立栄養短大 ○鈴木咲枝 岡本涼子

横浜国大教育 渋谷祥子

目的 前報で、じゃがいもを二つ切りにして、圧力鍋で加圧加熱すると、中心部がやわらかくなる時点で、周辺部は過加熱の状態になり、じゃがいもの下調理としては欠点があることが明かとなった。そこで、圧力鍋での最適な加熱条件を知るために、切り方を変えた場合について、前報と同様の実験を行った。

方法 じゃがいもを15mm厚さの切片とし、加圧(圧力鍋ヒースプレッシャーパン3.8ℓ)と常圧で蒸し加熱とゆで加熱を行い同程度に軟かくなる条件を決定した。それらの条件で加熱したいもについて、つぶれやすさ、マッシュした時のテクスチャー(レオロメーター及び官能検査)及びでんぷん溶出率(ヨード反応)を測定した。

結果 蒸し加熱の場合、加圧—蒸気噴出まで5分、加熱継続0分、むらし5分、常圧—沸騰まで5分、加熱継続9分で同程度に軟かくなり、部分による軟化の差は小さく、つぶれやすさも同程度となり、マッシュした場合の官能検査によるテクスチャー、でんぷん溶出率とも差がなくなり、前報の二つ切りの場合より軟化は均質化され、ゆで加熱と類似したものとなった。ゆで加熱の場合、加圧—蒸気噴出まで5分、継続、むらし共に0分、常圧—沸騰まで3.5分、加熱継続6.5分、で同程度の硬さとなったが、加圧加熱では、ゆで汁中への煮くずれが多く、加熱法としては不適当と考えられる。

以上の結果より、じゃがいもを圧力鍋で下調理として加熱する場合は、厚さ1.5cm程度の大きさに切って蒸し加熱する方法が良いと考えられる。