

浸漬条件が粥の炊飯におよぼす影響について  
相模女大家政 ○阿部芳子 酒井裕子

〔目的〕 従来、粥飯は病院の軟菜食に代表される治療食や、老人食、幼児食として用途が大であったが、昨今は易消化性で低エネルギーなことから忙しい人の朝食や肥満防止・治療のダイエット食として利用されたり、中国、韓国料理等の影響から多彩な具を伴った新タイプの主食として注目されたりしている。今回は粥飯の中から全粥を選び、家庭で炊飯する時に浸漬条件が粥飯の性状にどのような影響をおよぼすかについて検討、考案した。

〔方法〕 1987年度産米(新潟産コシヒカリ)を常法で洗米し、30分水浸漬、120分水浸漬、30分水切り、120分水切りの4条件で処理後、生米重量の6倍量の水を加えてマイコン電子炊飯ジャー(シャープ KS-1002型)で炊飯し、4種類の全粥試料を調製した。試料について(1)~(7)等の測定実験を行った。(1)炊き上り重量、(2)倍率、(3)比重、(4)硬さ(山電レオナーRE-3305型)(5)糖度(Yモギンネルソン法)(6)消化度(α-アミラーゼ法)(7)官能検査(2点識別法および2点嗜好法)

〔結果〕 4種類の全粥の炊き上り重量、倍率、比重には大差が無かったが、水浸漬時間の長いものは炊き上り重量が重くなり、早めに炊き上がった。硬さは破断強度試験から判定したが、120分水切り、30分水切り、30分水浸漬、120分水浸漬の順に米粒が柔らかくなっていった。糖度、消化度は柔らかい粥飯ほど高値を示し、硬さと反比例していた。官能検査では30分水浸漬と30分水切りの間の硬さの識別は非常に難しく、嗜好面でも両者間に有意な差が認められなかった。しかし、いずれの場合も120分処理のものより有意に好まれていた。