

ネパールで常食されている豆類の脂質の特性について
 山陽学園短大 ○大野佳美 藤井久美子
 大阪市大生活科学 平井和子

目的 ネパールでは動物性食品の摂取が少なく、タンパク質源として豆類が重要な役割を持っている。乾燥した豆類は全粒またはひきわり（外皮を除去したものもある）にされ、煮ものや菓子の材料の他に濃厚なスープとして米飯にかけて食されている。今回、ネパールにおいて一般に常食されている豆類の種類別の脂質の特性について調べた。

方法 試料の豆類は1990年1月にネパール、カトマンズ市内の豆類販売店において、現地で最もよく食べられている豆類をえらんだものである。脂質の抽出はクロロホルム-メタノール（2:1, by vol.）を用いて行ない、溶媒除去後の重量を総脂質量とした。各脂質組成のパターンは薄層クロマトグラフィー（TLC）によって調べた。またリン脂質量、遊離脂肪酸（FFA）量、TBA値およびカルボニル価（COV）の測定を行なった。脂肪酸組成の測定はメチルエステル化後、ガスクロマトグラフィーによって行なった。

結果 総脂質量は最も多い大豆では、湿重量100g当たり14.7gであり、最も少なかったのが yellow gram の1.8gであった。TLCパターンをみると大豆に含まれる脂質の大部分はトリグリセリドであったがその他の豆類にはステロール類やリン脂質の占める割合が多かった。リン脂質量およびFFA量はそれぞれ大豆類では6-7%、0.3-1.0%、その他の豆類では18-40%、1.7-8.5%であった。TBA値、COVはリン脂質およびFFA量の多い脂質に高値を示す傾向が認められた。主な脂肪酸はパルミチン酸、オレイン酸（C18:1）、リノール酸、リノレン酸（C18:3）であったが、これらの割合は豆の種類によって著しく異なり、C18:1/C18:3比は0.2-6.1を示した。