

野菜中カリウムの各種薬剤による溶出  
 名古屋女子文化短大 ○松本貴志子 田中貴子  
 名城大農小原嘉彦 相山女学園大生活科学 中野典子

目的 調理に生野菜を使うことは、栄養分を摂取することばかりでなく、料理の視覚的な彩り・盛合せ・新鮮さを与える。これら野菜類には、多くのカリウム (K) が含有されている。現在、腎不全で人工透析を受けている患者の中には、高K血症を避けるために生のまま野菜を食することを制限されている人が少なくない。これらの患者に野菜の料理を提供する場合は、野菜を湯出ししてから食事に供しているのが現状である。しかし、この調理法では野菜特有の色合・外観・風味・テクスチャーなどが害なわれ、食欲の増進や食べる楽しみが抑えられる。今回、各種の野菜類からKを除去する方法を検討した。

方法 生食する野菜を用い、各種の薬品の水溶液に浸漬して、野菜中から溶出するKを定量した。野菜中の残存Kは、湿式灰化法で分解して、水溶液に溶出したKは、直接、それぞれ炎光分析法で定量した。野菜のK含有率は、品種・産地・栽培法により大きく異なるので、総含有量は両者の総和で求めた。

結果 ブロック切りのキュウリを検体として、1%水溶液に48時間低温室に放置し、Kの溶出を検討した。マレイン酸・マロン酸・塩酸では、約80%のKが除去されるが、処理により野菜の品質が害なわれた。コハク酸や酢酸は溶出率は劣るが、処理により変質が少なかった。酢酸でその最適条件を検討したら、短冊切り・輪切り・乱切りなどにして低温室で6時間程度浸漬すれば約90%のKが除去され、湯出し処理の効果とほとんど変わらなかった。他の野菜類についても同様な処理でKを除去することが可能であった。