

## \* 12 大豆と牛肉に関する料理化学的基礎実験

奈良女子大学 ○西川 里美  
湯浅 正子

食品を料理する目的は食品の種類によって異なるであらうが、殺菌する為、有害物除去の為、又旨味を増す為、消化を良くする為などつまりは人間の栄養を全うする為であると言えるだろう。又料理のコツと言われるものも料理方法の進歩に伴い発達してゆくものと思われる。

大豆と牛肉は蛋白質、脂肪、無機物その他多くの栄養素を含む食品であるが、植物性と動物性又乾物と生物という様に食品自体の性質が異っている。本実験は大豆及び牛肉を普通鍋と圧力鍋を用いて煮た場合又煮方を変えた場合の各栄養素の含有量を試料のそれと比較する為一般分析を行い、更に煮汁中へ移行した成分についても一般分析を行ったものである。大豆は煮ることにより水分が増し窒素、脂肪、無機物の一部は煮汁へ移行する、圧力鍋で煮たものは普通鍋で煮たものより 17% 程水分が多く又煮汁への移行成分も多い、食味は普通鍋で煮た方が美味であるが圧力鍋で煮た方が軟かい。一方牛肉は煮ることにより 10% 以上水分が減少し窒素、脂肪、無機物の一部は煮汁へ移行する、圧力鍋で煮たものは普通鍋で煮たものより僅か水分が少ない、食味は圧力鍋で煮たものは肉臭が無く筋肉がひきしまっている、その他普通鍋で水から入れて煮たものと、沸騰水中に入れて煮たものを行ったが後者が一番美味だった。

圧力鍋で大豆を煮る時は燃料の経済になるが長時間煮る時は煮汁への移行成分が多くなり、大豆と牛肉に於てもそれ自体の持味が失われたので料理によって適さないものもあるだろう。