

14. 白米中のビタミンB₁の消長について

I. 炊飯による白米 B₁ の消失

II. 添加物による白米 B₁ 消失の抑制

神戸大教育 津野 貞子
湊川女子短大 ○小林 芙子

I 報

1. 一般に白米中のビタミン B₁ は炊飯によって大部分が損失されると信じられていたが、如何なる場合にその損失が大であるかを検討し、正しい損失量を知りたいと思った。

2. 試料：地米，特別米，配給米

定量法：パームチット法

用具：自動電気炊飯器

3. ①水洗による白米中の V. B₁ 損失量は大きい。

②炊飯による白米中の V. B₁ の損失は殆んどない。

③その原因を白米中の成分に追求した結果純粋B₁液は炊飯に要すると同時間で完全に消失するが、澱粉，蛋白質を加えた場合はその損失は抑制された。

II 報

1. I報より白米中の成分が炊飯時に白米中の B₁ 損失を抑制することが明かとなったので、桜飯，炊き込み飯等の添加物が如何なる影響を与えるか検討を加えた。

2. 試料：地米，調味料（味淋，醤油等）季節の食品（特に野菜）他はI報に準ずる。

3. 味淋，野菜を加えることにより，白米中の B₁ はより多く保有されていた。