

# A—3 炊飯に関する研究

## 味つけ飯の炊飯について

お茶の水女子大 松元 文子  
跡見学園高校 ○関 千恵子  
旭電化(株) 津田真由美

1. 味つけ飯の炊飯については、水ひきが悪いとか、しんがでし易いとかなどと白飯の炊飯に比べて上手に炊きあげにくいといわれている。そこでこれらの点に関し両者を比較検討し、おいしい味つけ飯の炊飯要領を捉えようとした。

2. 本研究は立脚点を飯の嗜好性と飯中の水の在り方という点において実験を進めた。味つけ飯の調味には醤油と食塩を用い、炊飯器は電気自動炊飯器を使用した。操作は、加熱時間を3段階に、米に加える水量を10段階にしたほかはすべて同じ条件で行なった。味つけ飯と白飯は官能的観察のほかに飯/米重量、水分、粘弾性、飯粒の沈降速度などについて測定を行なった。

3. 実験の結果いずれの段階の観察、測定においても両者の間に同じ傾向の違いのあることが認められ、その原因の一つは、飯のいわゆる結合水と自由水の相対量に問題があるものと推定され、問題をここに限れば、おいしい味つけ飯の炊飯は白飯に比較して、加水量を減じそれに伴って起こり勝ちな炊飯時間の短縮を防ぐことではないかと考える。