

A-35 ハム加工および調理中におけるビタミン B₂ の変化について

共立女大家政 高橋 節子

1. 日本人の食生活にはビタミンB₁, B₂(以下B₁, B₂)が不足している。演者は B₁, B₂ 含量の多い食品の一つであるハムの需要が増加している点等から B₁, B₂ の供給源としてのハムを取り上げ、ハム製造中および市販のハム、ソーセージを試料として B₂ 含量を測定した。また、蛍光灯照射によるビタミン B₂ の変化についても測定した。

2. 実験材料として豚ロース肉 4 kg を 3 等分し ㊸生肉, ㊹塩漬肉, ㊺ハムの 3 段階にて入手し、脂肪層をはずし、赤生の部分を用いて B₂ を測定した。次に加熱処理では生肉とハムについて 2 分焼 (0.5cm 厚), 4 分焼 (10cm 厚) の 2 種類とし、試料は各々の厚さに切り、脂肪層を除き、フライパンで処理した。蛍光灯照射では薄切りハムを 0, 4, 8 時間照射について比較した。B₂ 定量法はルミフラビン蛍光法によって測定した。

3. (1)生肉 (B₂92μg%) からハムに仕上るまでのビタミン B₂ の損失は約15%, その間、スモーク、スチーミング処理で10%, 塩漬ではわずか5%であった。

(2) 加熱処理および蛍光灯照射による B₂ の変化はいずれも見られなかった。

(3)市販品の B₂ 含量はハム120~160μg%, ソーセージ60~100μg%を示した。