

A 192 圧力鍋によるいんげん豆の煮方について
大妻女大家政 ○中里トシ子 岩田祐子 田中香織

目的 圧力鍋は加熱時間の短縮、燃料の節約、食味の向上などの点から家庭使用が普及されつつあるが、高温高压加熱であるため煮豆を作る場合、火力や加熱時間のわずかな違いにより煮くずれ状態となり煮豆に適する条件を捉えにくい。そこでいんげん豆を用い、圧力鍋による煮豆の特性を普通鍋による煮豆と比較し、圧力鍋による豆の煮方を検討した。

方法 豆は54, 55, 56年度産の丈正金時を用い、次の条件で加熱した煮豆について硬さ付着性はテクスチュロメーターで、色は色差計で、煮汁の糖度は糖度計で測定した。煮くずれの割合は腹切れの数により算出した。A: 豆のゆで方については食塩濃度0, 0.1, 0.5%の熱湯(豆の5倍量)に5時間浸漬し、そのままの液で54年産は沸騰後1分、55, 56年産は沸騰後0分加熱した場合。B: 砂糖を添加した煮豆(甘煮)については①熱湯に2時間または5時間浸漬した後、砂糖と食塩を添加し加熱した場合、②調味液の砂糖および食塩の濃度を変えて加熱した場合、③沸騰後の火力を変えて加熱した場合。

結果 ①ゆで豆については0.5%食塩湯に浸漬した豆は硬さが最もやわらかく、付着性がみられた。0.1%食塩湯に浸漬した豆は煮くずれが少なかった。②2時間浸漬と5時間浸漬の煮豆(甘煮)には殆んど差がみられなかった。③54年産の豆は8倍、55, 56年産の豆は6倍の熱湯に浸漬し、54年産は20分、55, 56年産は6分加熱した豆が煮くずれが少なく、適当なやわらかさになった。④沸騰(120°C)後の火力が3~3.5 l/minの場合は煮くずれが少なく、硬さでは2~2.5 l/minと3~3.5 l/minでは差は認められず、1~1.5 l/minとの間では有意差が認められた。色は54年産は明度が低く、彩度が高く、55, 56年との色差は5~6 NBSとなった。