

合理的な調理法の検討(第2報) 白あえの調理法について、
女子栄養大栄養 ○宮本千華子、小川久恵、松本伸子

目的 一般的な家庭料理であるあえ物は摺る、裏ごすなどの面倒な下処理を必要とするため、現在の調理時間が短縮しつつある傾向の中では、調理される機会が次第に少なくなってきている、しかし栄養的な材料のとり合せにも望ましいものがあり、また複雑な味わいもすてがたく、今後とも敵立にとりあげたい料理である、そこで白あえを例に、おいしさと調理方法の関係をみる実験を行ない、合理的な調理法について検討した。

方法 白あえの衣の調製方法を裏ごす、摺る、ミキサーにかけるの3方法を基本とし、それぞれに裏ごす及びガーゼをかけて裏ごすを加えて9通りの調理を行ない試料とした、官能検査による嗜好の評価を主体とし、ほかに衣の比重の測定、テクスチエロメーターによるテクスチャーの測定を行なった。また調理に要する時間を測定して手間、時間などを比較した。官能検査は評点法により外観、味、テクスチャー及び総合評価について評価し、テクスチャーについては更になめらかさ、べたつき、ふんわりの項目に分けて好みと程度の各々について質問した。比重は8mlのシャーレに衣をつめて測定した。

結果 基本とした3方法の比較では摺る、裏ごす、ミキサーにかけるの順に好まれた。中でも摺る-裏ごす、摺る-ガーゼをかけて裏ごすの2法は特に嗜好度が高かった。ついで摺る、裏ごす-ガーゼをかけて裏ごすがつづき、以上は官能検査の「ふつう」から「やや良い」の評点の間に平均値があり、一般調理においては、手間などを考慮するならば、約30回摺ることが満足できるものになると考えられた。特に好まれた2法の衣について比重、テクスチエロメーター測定値などと比較したが顕著な関係は認められなかった。