

家庭における葉菜類の鮮度保持について—その2— チンゲン菜—  
 お茶の水女大家政 畑江敬子 丸山美貴 松本美鈴 島田淳子

目的 葉菜類の鮮度保持に対する家庭用冷蔵庫の温度と湿度の影響を知る目的で、先に生食する葉菜であるサラダ菜を用い、低温(2°C)、高湿度(80%RH)が有効であることを報告した。ここでは、加熱して食し近年消費の増えているチンゲン菜をとりあげ、湿度をさらに高めた貯蔵条件を加え、品質保持に有効な環境を検討した。

方法 チンゲン菜は家庭用冷蔵庫(ナショナルNR-306CG)の温度(2, 5, 8°C)および湿度(40, 60, 80, 95%RH)を変えて、0, 4, 10日間貯蔵した。品質評価は重量、クロロフィル量、還元型および酸化型V.C量、ならびにV.B<sub>2</sub>量の減少率によった。官能検査は、外観のしおれ、黄化を8点の尺度法で、また食べられるか否かを判定した。さらに葉と茎をそれぞれ別に炒めたものを混合し0日目の試料を対照として、テクスチャーの識別、外観テクスチャー、味などの好ましさおよび総合的な好ましさを評価した。

結果 温度と湿度はサラダ菜の結果と同様に、チンゲン菜の品質に有意に影響を与え、冷蔵庫を低温(2°C)、高湿度(95%RH)に設定した場合が品質保持に最も有効であった。チンゲン菜はサラダ菜に較べV.Cを約2倍(約29mg)含み、いずれの貯蔵条件でもサラダ菜より減少率は小さかった。V.B<sub>2</sub>量も2°C, 95%RHで最もよく保持されたが、温度や湿度の影響はV.Cに較べ小さかった。高温(8°C)、低湿度(40%RH)で4日間貯蔵したチンゲン菜は外観の官能検査において8割以上のパネルに食べられると判断された。しかし、これを炒めると好ましさには差がないものの、対照より有意にテクスチャーは硬く、すじっほいと判定され、物性はかなり変化していることが認められた。