

目的 味つけ飯の炊飯において、調味料は米の吸水を妨げることが報告されており、米の吸水が完了した時点で調味料を混ぜ込み、点火する方法が一般的となっている。これは主にデンプンの糊化に関する点から意義あることである。しかし水は調味料を運搬する役目も担っており、調味料を添加する際の条件によって、炊き上がった飯の調味料浸透状態やそれに伴う飯の性状に違いが生じることが推察される。そこで本実験では浸漬時間と調味料添加時期を変えて炊飯した場合のこれらの違いについて検討するとともに、調味料の浸透状態の違いを減塩に利用することと試行した。

方法 米は1989年富山県産コシヒカリ、調味料は醤油を用いた。浸漬時間は0.5時間、2時間、6時間と設定し、最初から調味液に浸漬した場合と、点火直前に調味料を加えた場合を行った。浸漬後の米は吸水率とかたさを測定し、炊き上がった飯については、官能検査による評価、色、ツヤの測定、破断強度試験、クリープ試験を行い、また飯への塩分の浸透状態を検討するため、飯より溶出した塩分量を蛍光法により測定した。

結果 調味液に浸漬した場合は、浸漬時間の違いにより飯のテクスチャーなどは顕著に異なり、官能検査においてもその差は認められた。塩分の浸透状態は、浸漬時間の長さや調味料の添加時期によっても異なり、最初から調味液に浸漬させ、浸漬時間が短いほど、塩分が飯の比較的表面にとどまっている傾向がみられた。この場合、浸漬時間の調節により、好ましい性状となりかつ減塩の可能性が示唆された。