

○石井克枝　石田佳代

(*千葉大)

目的 日常食の献立を考える上で味や調理法の組み合わせに配慮することは、重要なこととされているが、その内容については経験的に判断されている。そこで、料理書に記載された一般家庭向きの一食分(夕食)の献立153例を分析することにより、味・調理法の組み合わせの内容を検討した。

方法 調理法は10種類に分類し、さらに、温度とテクスチャーの視点を加えて調理法を4つの領域に分け、その組み合わせを調べた。味は料理に使用された調味料から、塩分濃度、砂糖濃度、食酢濃度を計算し、料理の味の種類を塩味のみ(A)、塩味と甘味(B)、酸味と塩味(C)、酸味と甘味と塩味(D)の4種類に分類した。味の種類の組み合わせと味の濃度差を調べた。

結果 153例の献立の98%は異なる調理法で組み合わせられていた。調理領域の組み合わせでは2菜献立では98%が2領域からなり、3菜献立では59.7%が3領域、40.3%が2領域の組み合わせであり、いずれの献立においても温度あるいはテクスチャーの変化が認められた。味の組み合わせは90.8%の献立は異なる味の料理が組み合わせられていた。同種の味の料理の組み合わせのものには、1例の献立を除いて濃度差が認められた。味の組み合わせには味の種類と濃度に変化をつけていることが明らかになった。