

食酢を使用した調理法に関する研究

研究分野: 食生活

キーワード: 食酢・酸味・食肉の軟化・おいしさ

貢献できるSDGsの区分:



看護栄養学部 栄養健康学科 講師 山口 彩

教員情報URL <https://sun.ac.jp/researchinfo/aaraki/>

研究概要

食酢は、酢酸を主成分とする酸味調味料であり、寿司、酢豚、酢の物など多くの料理に使用されています。近年では、健康効果として、食酢の摂取による内臓脂肪の減少、血圧の低下、血糖値上昇の抑制などが報告されています。しかし、食酢の強い酸味や匂いを嫌う傾向もあります。調理の面では、肉の軟化効果や、ハンバーグに食酢を添加することで、食中毒原因菌の静菌効果や殺菌効果があることも報告されています。しかし、食酢の添加による食肉やハンバーグステーキの物性や嗜好性の変化について細かく研究されていません。そのため、食酢を添加することにより食肉(特に鶏胸肉)や、ハンバーグステーキのテクスチャーや嗜好性が向上するかについて研究しています。これが明らかにできれば、食酢を毎日の食事に取り入れることもでき、また、より衛生的で食味の良い食肉の調理法となると考えています。

<食酢の健康効果>



◎鶏胸肉のテクスチャーを改善し、食酢の嫌な臭いや酸味を目立たなくさせる
→**鶏胸肉と食酢の有用性を高める**

ハンバーグに食酢を添加した研究
食酢添加による**静菌・殺菌効果**が報告されている。

<食酢の欠点>

独特な臭い・強い酸味が好まれないことがある。

食酢を用いた新しい調理法によっておいしく、衛生的な料理に！

産学連携の可能性(アピールポイント)

健康・衛生・おいしさの揃った調理品の開発・研究

外部との連携実績等

・食品系企業からの受託研究(2022~2023年)