

- (注意) 〇出来上つた時、トマトがケチャップの代り
をしているのだからほとんどつぶれてしま
っている。
〇玉ねぎは出来るだけ色がつかないようにすき
透つた様になるのがよい。
〇いためる時あまり強い火をつかわない方が
よい。

Ⅲ ローヤル クラウン ツナーサラダ 材料 5人分

- | | |
|-----------------|----|
| 1. トマト | 5ヶ |
| 1. マグロカンヰメ | 1缶 |
| 1. 胡瓜 | 1本 |
| セロリ, ピクルス | |
| オニオン, ニューヨークレタス | |
| レモン, マヨネーズ | |
| 塩, コシヨウ | |

作り方

1. トマトを湯むきし(湯につけて皮をむく)星形

に切り中をくりぬく。

2. マグロのかんづめ1ヶ分を適当にほぐす。
3. セロリー, オニオン, ピクルス, キウリいづれ
もこまかくみじん切りする。
4. 2,3をまぜ合せ, レモンの汁, 塩, こしょうを
する。
5. ①のトマトの中に④をつめ込み上にマヨネーズ
をのせ星形に切つた上身をふたし, その上にも
マヨネーズをデコレーションする。
6. 大皿にレタスをしきクラウン形に盛り付けす
める。

- (注意) 〇王冠というものは豪華なものであるから,
その感じを出すにはどうしても一人分づつ
皿に盛らないで, 五人分全部を一つの大皿
に盛りつけた方がよい。

〇レモンのないときは酢を使用するとよい。

料理法の科学的考察

(実験を主とした)

犬食二 白 井 富 子

講師 本学教授 太 田 馨

料理するということは食品に化学的, 物理学的, 生
物学的変化を与えて食べ易い状態に変える操作である
から, 料理することを科学的に観察, 考察することも
できるわけである。

諸種の料理法のうち日常最も多く利用されているの
が煮る操作であるから, この点に関し次の様な諸実験
を行い, その結果につき種々討論を行つた。

1. 食品を煮るときの対流

食品と水との容積比が如何に対流に影響し, 温度分
布に差が生じ, 食品の煮え方, 煮えるまでの時間に
関係するかを実験した。

2. 煮る時の食品内部の温度分布

食品の種類により煮えるまでの時間が異なるから, 内
部温度の分布に如何なる差があるかを測定比較した

3. 食品の浸水時間と吸水速度・吸水量

穀類・豆類は煮る前に浸漬するが, その時の浸水時
間と吸水速度・吸水量を各種食品につき測定し, 次
の第4項の基礎実験とした。

4. 豆の浸漬時間と煮え方

豆を煮る時, 予め浸漬したものと直ちに煮たものと
どちらが早く煮え, 燃料の節約にもなるか。また煮

豆の調味料を加える時期はいつが適当であるか, 等
につき実験した。

5. 煮る時の色素の変化

葉緑素(材料青ねぎ), アントシアン色素(材料ナス)
が酸性・中性・アルカリ性等 pH により如何に変化
するか, また葉緑素に対して銅, アントシアン色素
に対して鉄が如何に役立つかを実験した。

6. 野菜の蒸すと煮るとによる成分の量的変化

食品を煮たり蒸したりする時はいろいろの成分が煮
汁・蒸し水の中に溶け出る。どちらがどれだけ多く
損失するかを玉ねぎの糖について実験を行つた。

7. 煮るときの調味料の浸透

食品の種類・調味料の種類により, 食品中に浸透す
る調味料の速さ, 量はことなるが, このことは料理
するとき, 重要なことである。食塩・砂糖につき実
験考察した。

8. 澱粉の加熱と消化度

澱粉は生(β澱粉)のままで食べないで水と加熱し α
澱粉に変えて利用する。 α 澱粉は β 澱粉より極めて
消化がよいからであり, 人工消化試験を行いその消
化度を比較実験した。