

第 63 回日本栄養改善学会学術総会講演 示説発表抄録 第 2 日

会期:平成 28 年 9 月 7 日～9 日

会場:青森県

(リンクステーションホール青森他)

植物性大豆たん白の普及活動に関する研究(第 11 報)
～ 主婦、短期大学生への SPI 調理指導・官能評価結果 ～

井上正子¹⁾³⁾ 井上慶子¹⁾ 井部奈生子¹⁾²⁾

1) 日本医療栄養センター 2) 戸板女子短期大学 3) 日本植物蛋白食品協会

植物性大豆たん白の普及活動に関する研究（第 11 報）

～主婦、短期大学生への SPI 調理指導・官能評価結果～

井上正子^{1) 3)} 齋藤慶子¹⁾ 井部奈生子^{1) 2)}

1) 日本医療栄養センター 2) 戸板女子短期大学 3) 日本植物蛋白食品協会

【目的】

食品加工において植物性粒状大豆たん白（以下 SPI）は、近年健康志向の高まりから市販されるようになったが、家庭において“好ましい食材”としての認知度はまだ低い。その原因のひとつとして、SPI が持つ原料大豆特有の“大豆臭”がおいしさを妨げる要因と考えられており、当センターでは様々な食材を添加して大豆臭を抑える工夫を図っている。本研究では、SPI を取り入れた挽肉料理に、消臭効果のあるオレガノを添加して主婦、短期大学生を対象においしさの比較検討を行ったので報告する。

【方法】

当センターでは、調理実習と栄養学講義を組合せて「1 日を単位としたバランスの良い食事を学ぶための教育」としてセミナーを開催している。今回料理教室へ参加した主婦、短期大学生を対象に、上記の「バランスの良い食事」に SPI を使用した「ミートソース」を調理指導し、(1)肉 100%と SPI 代替 100%、(2)SPI100%と SPI 代替 50%、(3)SPI 代替 50%と SPI 代替 50%にオレガノを添加したのについて両側 7 段階評価法にて試験した。統計解析にはエクセル統計を用い、マン・ホイットニーの U 検定で解析した。

【結果】

官能評価より、(1)肉 100%に対して SPI100%は「まずい」と評価され、(2)SPI 100%に対して SPI 50%は「弾力があり、美味しく、風味も良く、総合評価も好ましい」と評価された。さらに(3)SPI 50%に対して SPI50%にオレガノを添加し大豆臭を抑さえる工夫をしたものは、「おいしさ、風味、総合評価が良く最も好ましい」と評価された。

【考察】

本研究より、消臭効果のあるオレガノを添加することで風味が良くなり料理としての嗜好性が向上されることが示された。今後も大豆臭を抑える工夫を行い、SPI が家庭における食材として普及するように研究を続けたい。また、近年の研究では大豆及び大豆製品の摂取が脳機能を改善するブレインフードとしての確認が報告されていることから、ハーブ類との相乗効果なども見守って行きたい。