

平成29年2月23日

各 位

一般財団法人日本こんにゃく協会
理事長 小林 徹

「しらたき（糸こんにゃく）がすき焼きの肉を硬くする」は誤解だった

しらたき（糸こんにゃく）がすき焼き肉の硬さに影響を及ぼさないことが分析機関の比較試験により確認されましたので、別紙のとおりお知らせします。

(本件のお問い合わせ先)

一般財団法人日本こんにゃく協会

電話 03-3258-0288 担当 原田、菊池

※この資料は、農政クラブ及び農林記者会に配布しています。

別 紙

「しらたき（糸こんにゃく）がすき焼きの肉を硬くする」は誤解だった

一般財団法人日本こんにゃく協会では、「すき焼き」に使用されているこんにゃくの「しらたき（糸こんにゃく）」が、肉を硬くするという風評を払拭するため、一般財団法人食品環境検査協会に委託して、「しらたき」の有無による肉の硬さの比較試験を行いました。

この結果、別添の試験結果のとおり次のことが確認されました。

- 1 「しらたき」の有無による肉の硬さへの影響はみられない。
- 2 肉の硬さへの影響要因は加熱時間と肉の霜降り度合いが大きい。
- 3 「しらたき」の有無や下処理の違いによるすき焼き鍋（割り下）のpHの変化はほとんどない。

「しらたき」は味がしみやすく歯触りが良いことから「すき焼き」の美味しさを引き立てる具材として使用されています。また、脂肪が多く高カロリーな「すき焼き」のカロリー摂取過剰を抑える上でもなくてはならない食材です。

「しらたきが肉を硬くする」という風評のため、「しらたき」の代わりにでんぷん食品である「くずきり」や「はるさめ」を使用しているケースが少なからず見られますが、これではカロリー摂取の抑制にはなりません。

今回の試験結果の公表により、美味しさや食感はもちろん栄養バランス的にも理にかなった「しらたき」を使用した本来の「すき焼き」の美味しさを味わっていただく方が増えることを期待します。

「しらたきが肉を硬くする」という誤解は、「しらたき」が水酸化カルシウム等の凝固剤で固められたこんにゃく製品であることから、こんにゃくに含まれるカルシウムのアルカリ性が肉を硬くすると考えられたためです。

しかし、「しらたき」に含まれているカルシウム成分は、「日本食品標準成分表」でみると75mg/100gで、同じすき焼きの具材である「焼き豆腐」の150mg/100gの半分程度のわずかな量です。

試験結果からもわかるように、すき焼き肉の硬さの要因としては、加熱時間と肉質が大きく、また、「しらたき」の有無による割り下のpHの変化はほとんどありません。

市販されている「しらたき」は凝固剤溶液と一緒に袋詰めされているものもありますので、水洗いして使用されることをお勧めします。

(別添) 試験結果

1. 試験目的

しらたきがすき焼き肉の硬さに及ぼす影響の確認を目的として試験を行った。

2. 提出試料

提出試料は霜降りの多い国産和牛の肩ロース及び霜降りの少ないアメリカ産肩ロースがそれぞれ約 1000 g であった。他にしらたきが 180 g 入り 4 袋及び市販の割り下が 360 ml 入り 6 本であった。

3. 試験方法及び試験結果

(1) 試料の調製 (表 1)

国産和牛肩ロース及びアメリカ産肩ロースを使用し、下記 1) ~ 3) の条件ですき焼きをつくり試料とした。

1) しらたき無し

鍋に市販の割り下を入れ加熱し、沸騰したら中へ一口大 (約 30 g) に切った牛肉を入れ、30 秒~1 分程度加熱し色に変化した肉及び 3 分程度加熱した肉について、モニター (5 人) が口中で噛んで硬さを比較した。

2) しらたきあり (水洗いのみ)

鍋に市販の割り下と水洗い後に食べやすい長さに切ったしらたきを入れ加熱し、沸騰したら中へ一口大 (約 30 g) に切った牛肉を入れ、30 秒~1 分程度加熱し色に変化した肉及び 3 分程度加熱した肉について、モニター (5 人) が口中で噛んで硬さを比較した。

3) しらたきあり (下茹で水洗い)

鍋に市販の割り下と下茹で 2~3 分後に水洗いし食べやすい長さに切ったしらたきを入れ加熱し、沸騰したら中へ一口大 (約 30 g) に切った牛肉を入れ、30 秒~1 分程度加熱し色に変化した肉及び 3 分程度加熱した肉について、モニター (5 人) が口中で噛んで硬さを比較した。

4) pH 測定

上記 1) ~ 3) の試料調製のうち、3 分程度加熱し肉の硬さを比較した後の割り下について、冷後、ガラス電極法により pH 値を測定した。

表 1 試料の調製

牛肉種類	しらたき 有無・処理方法	加熱時間		pH
		30 秒~1 分	3 分	
国産和牛肩ロース	無し	A	B	C
	水洗いのみ	D	E	F
	下茹で 2~3 分水洗い	G	H	I
アメリカ産肩ロース	無し	J	K	L
	水洗いのみ	M	N	O
	下茹で 2~3 分水洗い	P	Q	R

(2) 試験結果

表 2 試験結果

牛肉種類	しらたき 有無・処理方法	肉の硬さ				pH
		加熱時間 30 秒~1 分		加熱時間 3 分		
国産和牛 肩ロース	無し	A	非常に柔らかい	B	柔らかい	C 4.9
	水洗いのみ	D	非常に柔らかい	E	柔らかい	F 5.0
	下茹で 2~3 分水洗い	G	非常に柔らかい	H	柔らかい	I 4.9
アメリカ産 肩ロース	無し	J	柔らかい	K	硬い	L 4.9
	水洗いのみ	M	柔らかい	N	硬い	O 5.0
	下茹で 2~3 分水洗い	P	柔らかい	Q	硬い	R 4.9

(3) 総括

霜降りの多い国産和牛の肩ロースについては、しrataきの有無に関わらず、肉質は非常に柔らかく、加熱時間により硬さの変化が見られた。

霜降りの少ないアメリカ産肩ロースについても、しrataきの有無に関わらず、肉質は柔らかく、加熱時間により硬さの変化が見られた。

pHについては、肉の霜降りの多少やしrataきの有無、しrataきの処理方法による顕著な違いは見られなかった。