

# 食品Q&A

“かながわ食の安全・安心相談ダイヤル”や県の保健福祉事務所に寄せられた相談をご紹介します。

**Q1** 毎朝、キャベツをサラダにして食べていますが、ときどき、苦いことがあります。農薬が残っているのではないかと心配です。



**A** キャベツ、大根、ブロッコリー等のアブラナ科の植物には、イソチオシアネートという辛味成分が含まれています。この成分が分解し、ジメチルサルファイドやジメチルジサルファイドという苦味をもつ成分に変化したことにより、苦く感じたものと思われます。

この場合は、食べても問題はありません。



**Q2** ジャガイモの皮が、緑色をしています。食べても大丈夫でしょうか？



**A** ジャガイモの発芽部分や緑色になった皮の部分にはソラニンやチャコニンという有毒な物質が含まれていることがあり、そのまま食べると吐き気、嘔吐、腹痛、下痢等の症状が出る場合がありますので、未成熟の小さいジャガイモや表面が緑色のジャガイモは食べない方がいいでしょう。ジャガイモは、光が当たると、ソラニン等がつくられることがあるので、冷暗所に保管するようにしましょう。

学校や家庭菜園で栽培した未成熟の小さいジャガイモや、日光が当たって表面が緑色になったジャガイモによる食中毒の事例も報告されています。

**マメ知識** ジャガイモに含まれるソラニンやチャコニンは、加熱調理で分解されますか？

通常の加熱調理(油で揚げる、煮る、茹でる、電子レンジで加熱する等)では、ソラニンやチャコニンは分解されません。

**Q3** にんにくの酢漬  
けをつくったと  
ころ、にんにくが青色に  
変色しました。  
食べても大丈夫でしょ  
うか？



**A** にんにくを酢や醤油に漬けるなど酸性にす  
ると、にんにくの臭いや辛味成分の一つで  
あるアルキルサルファイド化合物がゆっく  
り分解し、さらに、にんにくに含まれている鉄分と反  
応して青くなることがあります。

この場合は、食べても問題はありません。



酢漬けのにんにくが  
青くなったという相談は、  
よくあるよ。



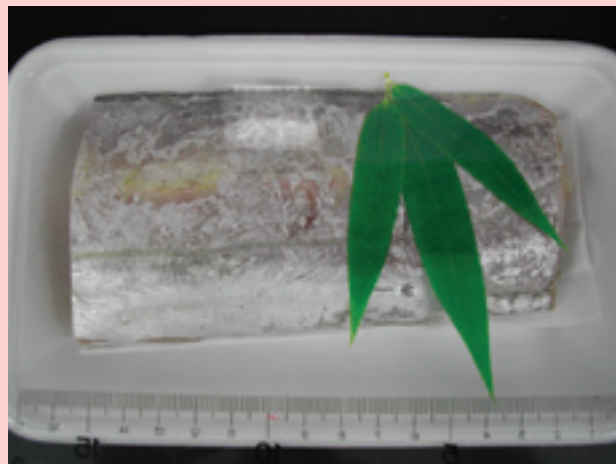
**Q4** スーパーで「太  
刀魚の切身」を  
購入し、フライパンで調  
理したところ、身の部分  
から、白くて固い塊が出  
てきました。大きくて動  
物の歯のように見えます。  
これは、何ですか？



大きさ：2.4×1.7×1.6cm

**A** これは、「TILLY BONE」(テリーボーン)  
と呼ばれている過剰に形成された骨の塊で、  
太刀魚やマダイなど長生きする魚の老体魚  
に見られることがあります。

大きさや形は様々で、人間の歯に間違えられるこ  
ともあります。



太刀魚の切身

## Q5

シュークリームを食べようとしたところ、カスタードクリームの中に黒い粒々がたくさんありました。カビでしょうか？

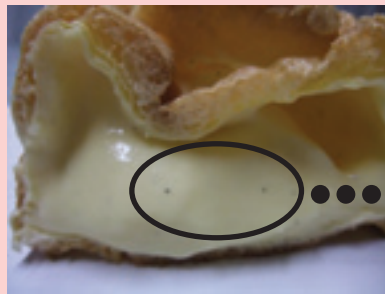


## A

この黒い粒々はカビではなくバニラビーンズとされます。

カスタードクリームの原料は、卵黄、砂糖、小麦粉(またはコーンスターチ)等以外に、バニラの香りをつけるため、バニラビーンズを使うことがあります。

バニラビーンズは、「バニラ」という植物の種子のことで、種子を含んだ種子鞘(さや)ごと発酵・乾燥を繰り返し、初めて香料となります。鞘の中には、非常に細かい黒い種子がたくさん詰まっており、この黒い種子がカスタードクリームに混ざるとカビのように見えることがあります。



黒い粒々

## Q6

紫芋の餡が入ったたい焼きをオーブントースターで温めたところ、皮からはみ出した餡が緑色に変色していました。また、皮の内側も同じように緑色に変色していました。食べても大丈夫でしょうか？



## A

紫芋には、アントシアニンという色素が含まれており、この色素が加熱されたことによって、たい焼きの皮に使用されている重曹と反応し、緑色になったと考えられます。

この場合は、食べても問題はありません。



**マメ知識** アントシアニンは、どんな食品に多く含まれていますか？

植物に広く存在する色素の1つで青色、橙黄色、赤色、紫色等いろいろな色があり、紫芋、赤しそ、ブドウ、ブルーベリー等赤紫色の野菜や果物に多く含まれます。