

学校給食における好ましいハマチハンバーグに関する研究

長 妻 洋 恵

背景) 日本人、特に若い世代の人たちで魚離れが進んでいる。魚は、心筋梗塞、糖尿病、肝がんなど、現代人に多い疾患を予防する効果があるので、摂取量を高めたい。鳥取県近海では、1年中ハマチが水揚げされるが、消費が少ない。子どもたちが魚好きになって健康を確保するためにも、ハマチの消費量を高めるためにも、好まれるハマチハンバーグを作ることは意義があろう。

目的) 子供達に好まれるハマチハンバーグをつくること。

方法: 研究1) 7種類のハンバーグを試作し、某県内の給食センター職員、中学校職員、漁協関係者の15名で評価をした。 研究2) 研究1の結果から決定した、ハマチハンバーグ、ハマチ・おから・豆腐ハンバーグおよび対象としての合挽き肉のハンバーグを学校給食で小学生172名、中学生87名に与え、評価をアンケートで行った。

結果: 研究1の結果、ハマチハンバーグ、ハマチ・おから・豆腐ハンバーグおよび対象としての合挽き肉のハンバーグが適切であると判断した。研究2で、小学生および中学生が美味しいと答えた割合は、それぞれ、合いびき肉99% および96%、ハマチ98% および97%、ハマチ・おから・豆腐96% および79%であった。

結論) ハマチを用いた2種類のハンバーガーは、合いびき肉のハンバーガーと同じような高い評価をえた。ハマチ・おから・豆腐ハンバーグは、健康・価格の点からもっとも望ましいことが示唆された。

Study of yellowtail fish burgers for school lunches

Hiroe Nagatsuma

Background: Intake of fish has been decreasing among Japanese, especially the younger generation. Fish has favorable effects for the prevention of current highly prevalent diseases such as myocardial infarction, diabetes, liver cancer, etc; therefore higher consumption is advisable. Yellowtail is harvested throughout the year off the coast of Tottori Prefecture; however, consumption is low. For children's life-long health and also for the fishing industry in the prefecture, fish burgers made from yellowtail may provide a solution.

Purpose: To develop a recipe for acceptable yellowtail burgers for children

Methods: Study 1. Seven recipes for yellowtail burgers were evaluated by 15 people who were school kitchen workers, teachers or fishery cooperative stakeholders. Study 2. Yellowtail burgers and yellowtail/okara (soy pulp) / tofu burgers which were selected from the results developed in Study 1 and burgers of ground pork and beef as a control were given to 172 elementary school children and 87 junior high school students as part of their school lunches. Evaluation of the 3 burgers was conducted by a questionnaire.

Results: The answer of tasty from elementary school children and junior high school students were, respectively; ground beef 99% and 96%, yellowtail 98% and 97% and yellow tail/okara/tofu 96% and 79%.

Conclusion: Two types of yellowtail fish burgers were evaluated as high as the ground meat hamburger were. Considering the cost and effects on health, yellowtail/okara/tofu burger is recommended.