

要旨

【目的】近年、中国は高齢化社会に突入し、高齢者たちは咀嚼・嚥下機能の低下により、食べやすく、かたよった食事をしている。そのため、栄養状態が低下することが多くみられる。宋朝から、中国人はレンコンの粉をよく食べてきた。蓮根の糖質は約15%で、主にデンプンであり、ビタミンC約48mgが含まれているのが特徴である。

日本で、食べやすい高齢者向けの食肉について（マッシュポテト入り、芋類入り）様々な研究が行われているが、レンコンを添加した豚ミンチ肉の食べやすさの報告はみられない。本研究は、豚ロース肉を用いたミンチ肉にレンコンの量を変化させた試料について、テクスチャー、および官能評価について検討し、豚ミンチ肉の食べやすさについて、レンコンの適切な量を見つけることを目的とし、検討した。

【方法】試料は豚ロースミンチ肉の一部をすりおろしたレンコンで10%、20%、30%、40%、50%、60%、70%、80%ずつ置換した。豚ミンチ肉とすりおろしたレンコンはフードプロセッサーで混合し、真空包装した。スチームコンベクションオーブンに入れ、中心温度が80℃に達するまで約30分間加熱処理をした後、氷水中で中心温度が20℃に達するまで冷却した。その後、テクスチャー特性、および官能評価を行った。

【結果】レンコンの添加量による試料はかたさ、付着性と凝集性は嚥下困難者用食品の許可基準に適合することが確認でき、最大荷重とかたさ応力については添加量による有意差が認められた。官能評価項目はレンコンの含有量によって、かたさ、おいしさと風味に有意な差が認められ、飲み込みやすさ、残留感の差がなかった。10%（レンコン含有量）は、かたく、風味が好ましい評価となった。70%（レンコン含有量）は、やわらかく、風味が好ましくなく、おいしくない評価となった。

【考察】レンコンの添加量の多いものほど硬さが低くなった。豚ミンチ肉に添加するレンコンの適切な量は10%と評価された。しかし、この評価は若年女子の結果であり、高齢者の中でさらに検討したい。