

## お味噌Q & A

Q. 1

家庭での上手な保存方法は？

A.

一般的には、開封されたみそはなるべく空気に触れないようにして、冷暗所（できれば冷蔵庫）に保管することがポイントです。室温に保管しても変敗、腐敗することや、食中毒菌などが増殖することはありませんが、温度が高くなる夏季などは褐変が進行しやすく、香りや味も損なわれます。

Q. 2

みそに白いカビのようなものができてしまいましたが、食べても大丈夫？

A.

一般に売られているみその場合、表面の白いカビのようなものはほとんどが産膜酵母で無害です。けれどみその香味を損ないますので、もし発生したらその部分を除いて使用してください。開封後は清潔な乾いた容器に入換え表面をラップして冷蔵庫で保管すれば産膜酵母の発生を防げます。これとは別に味噌の表面や内部に白い結晶ができることがありますが、これはチロシンというアミノ酸が結晶したものです。

Q. 3

みその色が濃くなってしまいましたが悪くなってしまうのでしょうか？

A.

これは「褐変」(メイラード反応)現象といい、原料である大豆などのアミノ酸が糖と反応して褐変（褐色に変化）することです。この反応は、原料や製造方法によって起こり方に差があります。

大豆の浸水時間を長くし、高温で長時間蒸煮すると、たんぱく質が熱変性して酵素による分解が促進されるため、濃い赤みそになります。製造中の品温が高いほど、また、期間が長いほど、色が濃くなる傾向があります。

みその褐色の色素はメラノイジンという高分子化合物です。女子栄養大学の五明紀春教授は、このメラノイジンが糖尿病、がん、高血圧の予防効果があるという実験報告をしています。加熱によって新たな香り物質が生成され、醸し出されるのだそうです。褐色色素は、このように体には非常に有益なものといえます。