

表3. 遊離アミノ酸含量の比較 (mg/100 g)

	ホンダワラ 熱乾燥*	ホンダワラ 凍結乾燥*	ウスバアオノリ (緑藻類)**	ワカメ**	マコンブ** (1等品と 2等品の平均)
アスパラギン酸	7.7	4.5	14	5	1615
スレオニン	14	6.3	4	90	26
グルタミン酸	23.2	7.0	55	90	4165
アラニン	13.6	7.3	24	617	169
ヒスチジン	10.8	3.1	0	2	1.5
リジン	18.8	23.1	1	35	7.5
合計	88.1	51.3	98	839	5984

注 \*) は京都府中小企業センター分析結果<sup>6)</sup>

\*\*\*) は海藻の科学<sup>1)</sup>

海藻特有の旨味などの成分が少ない代わりに、調味次第でどのようにでも味付けが可能であるとも言えよう。

褐藻類に多く含まれている「ぬめり」のもととなるアルギン酸は、細胞間粘質多糖で、D-グルクロン酸とD-マンヌロン酸から構成される酸性多糖類であり、水やアルカリ性の溶液に溶ける一種の食物繊維でもある。血中コレステロール値を下げ、塩分を体外に排泄し、血圧上昇を抑制するなどの薬理作用が認められている。<sup>10)</sup> また低エネルギーによる肥満防止や血糖調節作用、抗有害物質作用、整腸作用等が知られている。<sup>1)</sup>

また、同じ褐藻類のワカメやコンブ中の脂質に微量に含まれる成分のフコキサンチンは、油の分解を促す遺伝子の働きを活発にさせ、脂肪細胞中の脂肪を燃やし代謝を高めている可能性があるという研究発表もある。<sup>7)</sup>

### 3. ホンダワラの調理的特性

本研究の試料食材として京都府中丹広域振興局より、平成18年2月に収穫され、湯通し後冷凍保存されたホンダワラを譲り受けた。ホンダワラの食品素材への利用法としては熱風乾燥及び凍結乾燥粉末の食品添加に関する報告がある。<sup>6)</sup>

本研究では調理素材としてのホンダワラについて調理性を考慮し、いかに利用価値が高められるかを検討し発表した。古くから日本海沿岸域においては自家消費されており、酢の物、サラダ、天ぷら、汁物、炊き込みご飯、炒め物など主に日本料理に利用されている。

図2、3に示すようにホンダワラは収穫時には茶褐色を呈しているが、熱湯を通すと鮮やか