

平成 21 年度馬鈴しょ機能性成分等の分析  
( 2 ) 加工用馬鈴しょの調理法開発 結果報告

東京家政学院短期大学  
管理栄養士 綿貫 仁美

馬鈴しょには、私たちの健康にとって有用な様々な成分が多く含まれている。しかし、これらの成分は調理によりかなりの部分が損なわれている。また、馬鈴しょは、煮崩れや甘み、粘性、舌触り、色調など、調理上の特徴が品種によってかなりの違いとなっている。しかし、従来の調理本などでは馬鈴しょは、馬鈴しょとしてひとくくりの扱いとなり、それぞれの品種の特長を生かした調理を提唱する著書等は見られない。そこで、馬鈴しょ品種の特徴に合わせた調理法について研究・開発を検討した。

レシピ開発使用品種 平成 21 年度栽培 13 品種

北海道農業研究センター育種品種

こがね丸、はるか、男爵いも 3 品種

北海道立北見農業試験場育成品種

さやあかね、ゆきつぶら、スノーマーチ 3 品種

長崎県農業試験場育種品種

ニシユタカ、西海 30 号、西海 35 号 3 品種

ばれいしょフレーク

インカのめざめ、キタムラサキ、シャドークイーン、ノーザンルビー