



タマネギを切るとき、なみだが出ないようにするにはどうするの

なみだが出るのはネギ油のせい

タマネギの中には、水分やたんぱく質などの栄養のほかに、目に入ると、目をちくちくさせるネギ油というしるが、ほんの少しですが入っています。

タマネギを切ると、そのネギ油が蒸発して、ガスようになって目に入り、目が痛くなります。そうすると、そのガスを洗い流すため、たくさんのなみだが出てくるのです。

なみだが出ないようにめがねをしても、ネギ油が直接目に入るのではなく、ガスはめがねの横からも目に入りますから、ききめはありません。

ネギ油のしげきを弱めるためには

ネギ油のしげきを完全に防ぐことはできませんが、弱めることはできます。その方法の一つめは、タマネギを冷やしてから切ることです。この方法だと、ネギ油がガスになりにくいのです。二つめは、タマネギを水につけながら切ることです。ネギ油のガスは水にとけるため、これだとガスの量が減るのです。ほかには、よく切れる包丁を使うことです。すぱっと切ると、ガスがそれほど出ないからです。このほか、かん気をよくするのもよい方法です。（監修・保志 宏）

