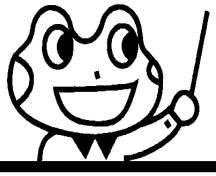
資料番号８７３



梅干しはなぜすっぱいの

●梅の実には、たくさんの酸味成分がふくまれている

梅の実には、多くの酸味成分がふくまれています。主な酸味としては、クエン酸、リンゴ酸、コハク酸、酒石酸があります。熟す前はリンゴ酸が多いのですが、熟してくるとクエン酸が多くなります。

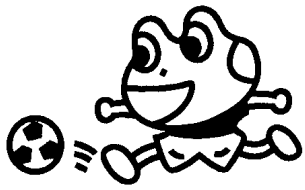
梅や梅干しは、昔から薬用に使われてきました。この薬としての効き目は、クエン酸やリンゴ酸などの強い酸味によるものです。

●梅干しができるまで

近ごろは家庭で梅干しを作る人も減り、作り方を見たことのない人も多いでしょう。梅干しは、梅雨のころ、良く育った梅の実を塩づけにして、盛夏の晴天の日に何回も干して、やわらかくしたのち、シソの葉で赤く色づけした日本独特の食品です。

●青梅には毒があります。食べてはいけません

まだ熟していない梅を、青梅といいます。これには青酸がふくまれていますので、食べると腹いたの原因になります。熟した実にはふくまれていません。（監修・中山　周平）



無断複製：転載：翻訳を禁ず Gakken　　X1080012