



のりはなぜあぶって使うの

のりのうまみやかおりを引き出すため

最近^{さいきん}は、安く^{やす}くて、おいしい^{おいしい}すし^{すし}を食べ^たせてくれる^た店^{みせ}が、日本^{にほん}各地^{かくち}にできて、たくさん^{たくさん}の人^{ひと}たちがすし屋^{すしや}さんに行く^いようになりました。また、おうち^{おうち}で手巻^{てま}きずし^{ずし}をする^{する}家庭^{かてい}も増え^ふました。

のり^{のり}は食べる^たる前^{まえ}に、火^ひであぶり^あます（焼^やく）。これはのり^{のり}をぱり^ぱりとさせる^させるため^{ため}と考^{かん}えがち^がですが、実^{じつ}は、火^ひにあぶり^あることで、のり^{のり}のうまみやかお^かりを引き出^ひすため^{ため}なの^なです。

のり^{のり}を火^ひであぶり^あると、のり^{のり}の細胞^{さいぼう}が完全^{かんぜん}にこわれ^これてしま^まい、細胞^{さいぼう}の中^{なか}にふくま^ふれていたうま^{うま}みが外^{そと}に出^でてくる^くのです。

また、火^ひにあぶり^あることで、のり^{のり}の成分^{せいぶん}のアミ^あノ酸^んと糖^{とう}が化学^{かがく}反^{はん}応^{おう}を起^おこして、良^よいかお^かりを出^だすといわ^いれていま^ます。

じょうずなのりの焼^やき方^{かた}

のり^{のり}は、あまり^{あまり}強^{つよ}く焼^やいてはいけ^いません。焼^やきすぎ^{すぎ}ると、のり^{のり}の風味^{ふうみ}が落^おちてしま^まいます。

160^どスィー^{スィー}ぐらい^ぐの火^ひで、軽^{かる}く、さ^さとあぶり^あるのがい^いいのです。

のり^{のり}は一度^{いちど}に2枚^{まい}重ね^かてもち、さ^さと火^ひにあぶり^あます。つまり、片^か面^{めん}だけ^{だけ}を焼^やくのです。

1枚^{まい}ののり^{のり}を両^{りょう}面^{めん}焼^やくと、表^{ひょう}面^{めん}と裏^{うら}面^{めん}でのり^{のり}の組^そ織^{しき}の収^{しゅう}縮^{しゆく}度^どがち^ちがうた^ために、組^そ織^{しき}がこわれ^これやす^{やす}くなり、のり^{のり}がくず^くれてしま^まうから^らです。（監^{かん}修^{しゅう}・青^{せい}木^き 国^{くに}夫^と）

