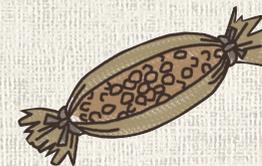


こんな声がありました！

納豆がシャリシャリします。

「納豆の二次発酵のお話」



この間、納豆を食べたらシャリシャリしたのよね。

私もそれあった！
なんか、白い粒が納豆についてたわ。



腐っているのかと思って食べるのやめちゃった。

あのシャリシャリしたものは、食べちゃいけないものだったのかしら…。



納豆が発酵しすぎた(二次発酵)のかもしれないぞい。

納豆は納豆菌によって発酵させることで、特有の風味や食感になりますが、発酵がすすみすぎると食味不良につながります。そのため、工場では発酵させたあと、冷蔵温度帯(0℃~10℃)で管理し、発酵を抑制した状態で出荷しています。

しかし、冷蔵温度帯をこえてしまうと、納豆菌は生きているため発酵(二次発酵)が急激にすすみ、大豆のタンパク質がさらに分解され、アミノ酸の一種であるチロシンの結晶が析出することがあります。



POINT 冷蔵庫内でも保管場所には注意！！

開閉による温度変化を受けやすい、冷蔵庫のとびら付近に置かないようにすることが、二次発酵を抑えるポイントです。



豆知識

二次発酵の代表的な現象

チロシンはたけのこの水煮などでもみられることがあります。害があるというわけではありませんが、苦みや食感の悪さの原因となります。二次発酵の状態になるとチロシンの析出のほかにも、糸引きが弱くなる、粘りがない、アンモニア臭が強くなる、強い苦みを発するなどの現象が発生します。なお、これらの現象は、休んでいた納豆菌が再び活性化して二次発酵したことによるものです。通常の納豆とは異なる味やにおいがしていても、有害な物質は含まれていませんので、食べても健康への影響はありません。

買ったらすぐに冷蔵庫で保管しなくっちゃ。冷蔵庫の開け閉めも気をつけないとね。

