

エタリの塩辛通信

エタリの塩辛通信

発行：エタリの塩辛愛好会事務局
 住所：雲仙市南串山町丙 10386
 TEL・FAX：0957-76-3008
 e-mail：shiokara@tenyo-maru.com
 http://shiokara.tenyo-maru.com



学会発表決定



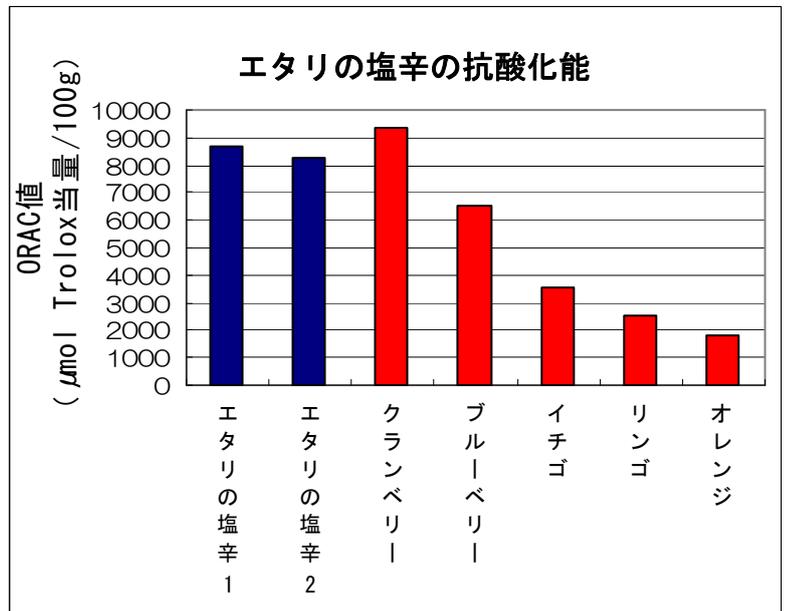
エタリの塩辛にはガンの予防効果があります

【エタリの塩辛が持つ抗酸化能について、今年8月に開催される日本調理科学会で発表します】

★「第7の栄養素」といわれる抗酸化物質も豊富であることがわかりました。

抗酸化物質とは、老化やガンなどの生活習慣病の病因となる活性酸素の攻撃を抑えることができ、通常果物や野菜に多く含まれています。右のグラフのとおり、果物の中で最も高い抗酸化能を示すクランベリーやブルーベリーと比較しても遜色のないほどエタリの塩辛には抗酸化物質が多く含まれているのです。

エタリの塩辛の漬け汁、「橘湾エタリの旨搾り(エタリ魚醬)」もエタリの塩辛とほぼ同様の ORAC 値で、同じカタクチイワシを原料とした外国や国内の他産地の魚醬の値と比べ、なんと最大9倍の高値を示しました。



(ORAC 値 エタリの塩辛：水産大学校原田研究室測定、果実：米国農務省 (USDA) HP より抜粋)

★エタリの塩辛は、新鮮な橘湾産カタクチイワシを原料としているため、青魚の栄養と旨みがたっぷり。塩分を日々の食事に上手に取り入れながら、バランスの良い健康的な食生活を実践しましょう。

エタリの塩辛 100g あたりの栄養成分分析結果



熱量	176kcal	灰分	18.3g
水分	41.3g	ナトリウム	6561mg
たんぱく質	18.0g	カルシウム	680mg
脂質	2.8g	鉄	2.4mg
炭水化物	19.6g	塩分	16.7g

(社団法人長崎県食品衛生協会 食品環境検査センター測定)

★長崎県総合水産試験場における分析結果によると旨みアミノ酸であるグルタミン酸も豊富に含まれています。

グルタミン酸：566～1135mg (エタリの塩辛 100g あたり)

粗脂肪中の脂肪酸組成は、DHA 及び EPA とともに生魚と同様に高い割合を示しています。

EPA：11.7～17.8% DHA：11.9～21.3%

事務局より 水産大学校原田和樹教授のサポートにより、8月29日～30日に名古屋の椋山女学園大学で行われる日本調理科学会にて、「伝統的なスローフードのカタクチイワシの塩辛『エタリの塩辛』が持つ抗酸化能」というタイトルで講演発表することになりました。エタリの塩辛を全国に広める良いチャンスになると期待しています。 文責：竹下敦子