



# ほんものを たべよう

提出日  
1/ 火 水 木 金  
18 19 20 21

配達日  
1/ 火 水 木 金  
25 26 27 28

翌々週分配達日  
2/ 火 水 木 金  
1 2 3 4

2011.1月4週号

Alter Weekly Order Catalogue

### オルターの提案

#### 本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、チェルノブイリ放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

## 大豆ミート SOY BEANS MEAT

# 大豆だけでできたミート

優れた蛋白質がいっぱい。肉の代わりに使えます。

製造: (株) エヌ・ディ・シー

販売: (株) かるなあ

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



(株) エヌ・ディ・シーの市川賢治社長(左端)

### 大豆100%の新食材

岐阜県各務原(かかみがはら)市にある(株)エヌ・ディ・シーの市川賢治社長は、国産大豆を圧搾法で油脂分をカットしてできた大豆100%の粉末からエクストルーダーという大豆蛋白成型機を使って、鶏肉のような食感の大豆ミートを作っています。もちろん、小麦グルテンなどのつなぎや、食品添加物の使用はありません。

とくに素揚げ(湯戻して)がおすすですが、熱湯で5分茹でるだけで、炒め物・天ぷら・フライ・佃煮・サラダなど、いろんな料理に使えます。肉を控えたい人、大豆を沢山食べたい人に朗報です。

### もっと大豆を食べさせたい

(株)エヌ・ディ・シーは様々なジャンルのユニークな最先端技術を使ったモノ作りを研究している会社です。大豆ミート部門はそんな事業部のひとつです。

市川社長は15年ほど前、糖尿病・高血圧症になった

ことがありました。デスクワークが増え、身体を動かすことが少なくなったのに、美食・外食を繰り返していたためでした。それがきっかけで、成人病対策に食べものを研究し、畑の肉といわれる大豆に注目しました。

大豆には話題の女性ホルモン類似イソフラボンがあります。イライラ防止、アンチストレスに有効なサポニンもあります。2006年、群馬大学の林冒明教授グループが発見した過食を抑えるネスファチン物質も含まれます。ホルモンの一種「オキシトシン」が放出され、食欲を支配する神経を支配して、食欲が低下する仕組みが2009年に自治医科大学の矢田俊彦教授、前島裕子准教授の研究グループによって、解明されています。高タンパクで低炭水化物、低カロリーで低GI食品です。食物繊維・ミネラルも豊富です。

米国食品医薬品局(FDA)は生活習慣病予防のため、乾燥大豆換算で1日25g以上の大豆食を推奨していま

す。こんな大豆をもっと食べるために、豆腐・豆乳・湯葉だけではダメだと考え、揚げ物・煮物・パスタなどで、ちゃんと咀嚼できる形のあるものとして、大豆ミートの開発をしてきました。

開発に一番苦労したのは成型でした。現在の形の製品になったのは2006年からです。

(株)エヌ・ディ・シーの大豆ミートの紹介者は自然食卸問屋の「黒怒」です。大豆ミートの製造は「(株)エヌ・ディ・シー」で、販売者は「(株)かるなあ」です。

(株)かるなあは菜食をテーマに活動している会社で、もともと中国産大豆で作っていた(株)エヌ・ディ・シーの大豆ミートを6年前に国産大豆に切り替えてもらいました。

## (株)エヌ・ディ・シーの大豆まるごとミート

「ブロックタイプ」「ミンチタイプ」「フィレタイプ」「スライスタイプ」「手羽先タイプ」「小えびタイプ」「パスタ麺」など、様々な料理に向くようバリエーションをそろえています。



### ●原料

国産大豆  
手羽先タイプ、小えびタイプ、パスタ麺には秋田県産「スズサヤカ」使用。その他は「ふくゆたか」使用。「スズサヤカ」は農林水産省開発、無臭大豆です。

### ●製造方法

- 1 乾燥生大豆をスクリュウ式圧搾機で大豆油と大豆片に分離
- 2 大豆片を粉砕機で粉末に加工
- 3 大豆蛋白成型機エクストルーダーを使い、熱と圧力で生地加工
- 4 乾燥殺菌90℃
- 5 小袋に小分け  
食品添加物は一切使用していません。

### ●大豆油

この工程で搾油される大豆油は大豆油としては大変珍しい圧搾法です。市販の天ぷら油やサラダ油として売られている大豆油は搾る効率を考慮して全てn-ヘキササン抽出でトランス脂肪酸化していますので有害です。(近日に発売予定)

### ●大豆の発芽抑制因子(ミトコンドリア毒)について

上記製造工程において、パスタ麺に関しては大豆の皮を剥いて加工していますので、大豆の表皮に含まれる発芽抑制因子(アブジン酸)は除去されています。しかし、その他のアイテムについては、皮のまま大豆丸ごとを原料にしていますので、エクストルーダーの高温で多少の分解があったとしても、アブジン酸が残留する心配があり、大豆の皮を剥くよう改良を求めています。

### ●使い方

ブロックタイプ..... 唐揚げ・南蛮煮  
ミンチタイプ..... ギョウザ・シューマイ・春巻き・ハンバーグ・スープ・サンドイッチ・そばろ飯  
フィレタイプ..... ステーキ・蒲焼・フライ・カルビ焼  
スライスタイプ..... 重ねてカツ・生姜焼き・素揚げに黒みつをかけてお菓子に最高  
手羽先タイプ..... 唐揚げ

## 市販の大豆ミートの 問題点

大豆ミートは海外でも作られています。なぜかモチモチ感がなく、おいしくありません。蛋白質が豊富で豆腐に向いている国産大豆とは違い、蛋白質の少ない搾油系の品種を使っているからかもしれません。

国内の自然食品店で売られている大豆ミートは、ポストハーベスト農薬が問題となる輸入大豆を原料に使っていますので、いくら肉食の不健康さを訴えていても、その安全性には大きな問題があるといわざるを得ません。