

10月18日は冷凍食品の日です。

現代の日常生活において、私たちの食生活に無くてはならない存在になった冷凍食品。

かつてはお弁当のおかずとしての位置付けが大きかった記憶がありますが、現在では毎日の食卓を彩るメインのおかずから、麺類やごはんもの、デザートに生鮮食品と多彩な顔触れが出揃っています。

「冷凍食品」と呼ばれるのには条件がある？

実は食品や食材を凍らせただけでは冷凍食品にはなりません。

冷凍食品はその品質を維持するため、名乗るには4つの条件があるのです。

1. 下処理がなされている

新鮮な材料を選んで、きれいに洗浄した上で、調理をしやすい状態になっていること。

例えば、皮をむいたり、適度なサイズにカットされているものなどが挙げられます。

2. 急速凍結をしている

食品の組織が壊れて品質の低下を招かないよう、冷凍時に家庭用の冷蔵庫ではできない $-30\sim-40^{\circ}\text{C}$ の低温で、急速凍結をしています。

3. 適切な包装をしている

消費者の手元に届くまで、汚れたり、型崩れを起こさないよう適切に包装しています。また、パッケージには調理方法や原材料といった様々な情報が記載されている必要があります。

4. 食品の温度(品温)を -18°C 以下で保管している

食品の温度(品温)を生産・貯蔵・輸送・配送・販売の各段階を通じ、一貫して -18°C 以下に保つように管理しています。この -18°C という数値は「冷凍食品の日」である10月18日を定めた際の由来にもなっています。



冷凍シーフードの表面が氷で覆われているのはなぜ？

エビやアサリといった冷凍シーフードの表面が氷の膜で覆われていることに気づいた方は多いのではないのでしょうか。

これはかさ増しのためではなく、「グレーズ処理」と呼ばれるもの。

食品の表面を薄い氷の膜で覆うことで食品表面の乾燥を防いで新鮮さを維持できます。

また、空気に触れることがなくなるため酸化を防止する役割もあるのです。

冷凍焼けは何故起こる？

皆さん一度は経験したことがあるであろう冷凍焼け。

冷凍焼けとは長期間冷凍保存することで、食品内の水分が抜けてしまい油脂分が酸化、その結果食感や風味が著しく落ちてしまうこと。

冷凍焼けすると、パサパサした食感になったり、変色、冷凍庫の臭いがつくなどの品質の劣化が起こります。

この原因は冷凍庫内の温度変化による食材の状態変化によるものが多いそう。

開け閉めの頻度が多かったり、まだ暖かい料理を入れることで温度が安定せず、冷凍やけが起こりやすい傾向があります。



冷凍焼けを防ぐ四か条

①空気に触れさせない ②冷凍庫内の温度上昇をさせない ③急速冷凍する ④長期保存せずに早く食べる

