

# ぱくぱく

2023. 9. 1

発行 へきなんこども園子育て支援センター Vol.201

愛知県碧南市松本町73番地 TEL (0566) 41-7394

## 今月のテーマ「味の秘密」

普段私たちが食べ物を食べると、色々な味がしますよね。どうして食べ物には味があるのか、考えたことはありますか？「あめ」をなめると甘い、「コーヒー」を飲むと苦い、「梅干し」を食べると酸っぱい、というようにそれぞれの味を感じることができますよね。今回は、なぜ味を感じることができるのか「味の秘密」についてご紹介します。

### ★どうして味を感じるの？

味を感じる秘密は、舌にある「味らい(み)」というとても小さな部分にあります。「味らい」は、お花のつぼみのような形をしていて、「味らい」の先っぽに食べ物の味成分がくっつくと、脳にピピピ！とすごい速さで信号が伝わって味を感じます。

### ★味はどうやって作られているの？

私たちが普段食べている物には、それぞれの味があります。「甘味、塩味、酸味、苦味、うま味」の5つを組み合わせることで、色々な味ができています。甘味やうま味は美味しい味、酸味と苦味はまずい味、塩味は低濃度では好ましい味、高濃度では嫌な味として認識されます。

今回は味についてご紹介しましたが、人にはそれぞれ性格が違いうように、味覚にも個人差があります。すごく敏感な子もいれば、あまり感じない子もいます。色々な物を好き嫌いなく食べて欲しいと思うがために、つつい食べさせないといけないと思ってしまうかもしれませんが、それよりも食事の時間が楽しくおいしいと思えるようにする事が大事かもしれませんね。

## おすすめレシピ

### 『鶏肉のごま風味揚げ』

材料 《 4人分 》



A	・鶏もも肉	400g	・片栗粉	適量
	・しょうゆ	大1	・すりいりごま	10g
	・酒	大1	・サラダ油(揚げ用)	適宜
	・にんにく	小1		

### 《作り方》

- ①鶏肉を食べやすい大きさに切り、Aで下味をつけておく。
- ②片栗粉とすりごまを混ぜ合わせ、①にまぶし、油で揚げたら出来上がり。

## 『隠し味』

「隠し味」とは、料理を基本の味付けで仕上げたところに、他の調味料などを少量加えて、おいしさをアップさせるのが目的です。普段、何気なく目にしているレシピにも色々な隠し味が隠されています。スイカに塩をふる事で甘さを引き出したり、おしるこや甘酒に塩を加えると甘さを強調させる効果があります。

また、だし汁だけではうま味が弱いのに、少量の塩を加えるとうま味がひきたちます。