

宿根ソバ葉の特長を保持した乾燥法

1 はじめに

ソバは、穀物の中で高い抗酸化性を有しています。特に、ソバ葉は鮮やかな緑色を持ち、実に比べ抗酸化性が高く、ポリフェノールの一種であるルチンも多く含まれています。しかし、乾燥により緑色は黄変しやすく機能性は失われやすい性質があります。

そこで宿根ソバ葉を用いてこれらソバ葉の特長を保持した乾燥方法の開発に取り組みました。

2 宿根ソバ葉乾燥法

ソバの実にはポリフェノールの一種であるルチンが含まれていることが知られていますが、葉にも豊富に含まれています。

ソバ葉を乾燥してもルチン含量はそれほど大きく変化しませんが、緑色は時間とともに失われていきます。退色を防ぐには、日陰での自然乾燥あるいは 40℃での通風乾燥が有効であることがわかりました(写真 2)。

3 収穫時期について

5月中旬から10月上旬の収穫までソバ葉に含まれる有効成分に大きな違いは見られません(図1)。また、同様に葉の色にも大きな違いが見られないことから、5月中旬から10月上旬の間であれば緑色の乾燥粉末を作ることが可能です。

4 技術の効果及びコスト

ソバ葉の特長である緑色・ルチンを保持した乾燥粉末をつくることができます。ポイントは乾燥時に 60℃をこえないようにします。通風乾燥の場合 40℃を目安にします。

6月収穫葉を 40℃通風乾燥した場合、ソバ葉 1kg から乾燥品を約 170g 程度つくることができます。

乾燥品は、そのままお茶としての利用や粉末にしていろいろな食品に混ぜることができます。乾燥品は 1年を目安に使用してください。



写真1. 宿根ソバ(9月上旬撮影)

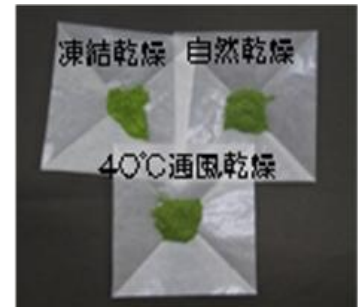


写真2. ソバ葉乾燥品

日陰自然乾燥、40℃通風乾燥とも凍結乾燥法と外観に大きな違いは見られませんでした。

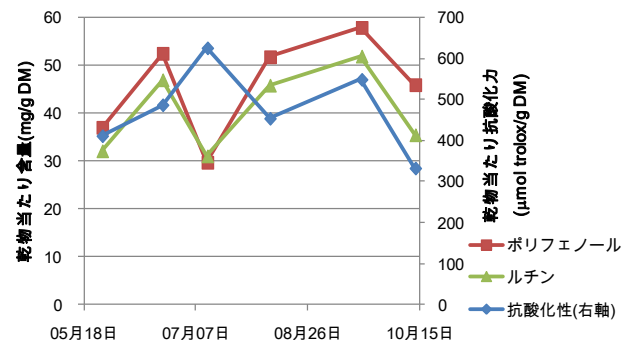


図1. 収穫時期による成分含量の違い

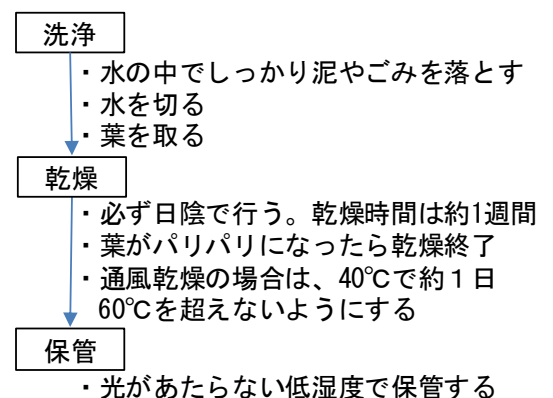


図2. モデル工程図

(食品加工研究所 地域特産研究 G 橋本)