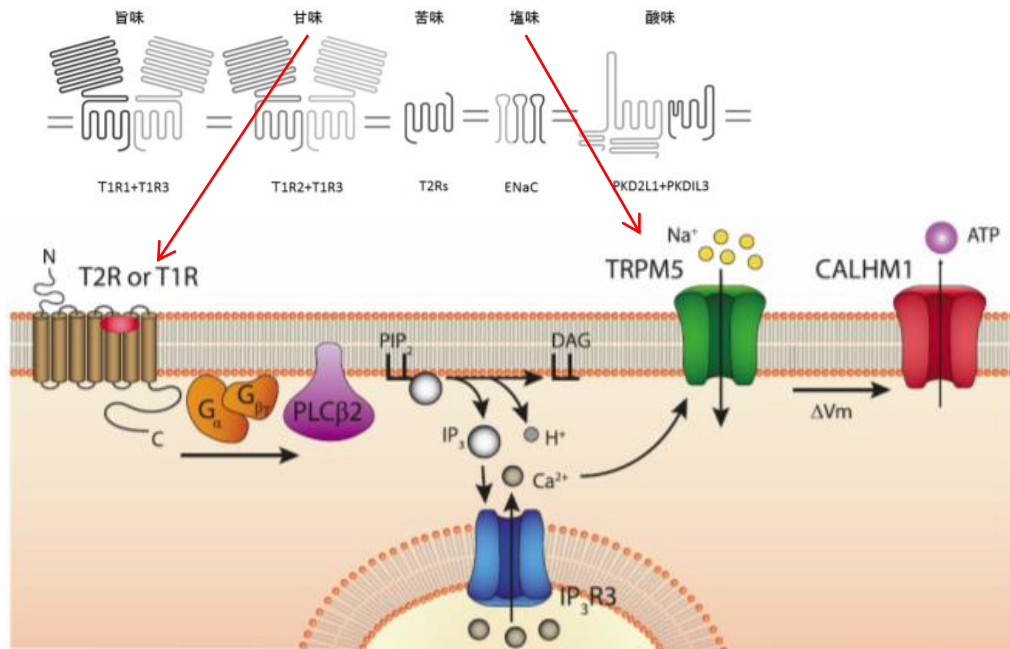


お汁粉に一つまみ塩を入れる理由

食塩のナトリウムイオンと塩素イオンが砂糖より先に舌の味蕾(みらい)に行き、**味覚細胞に活を入れて**、砂糖の甘さを感じさせる

例 仙台の「しおがま」、長野の「塩羊羹」、箸休めの塩昆布、シソの実の塩漬け



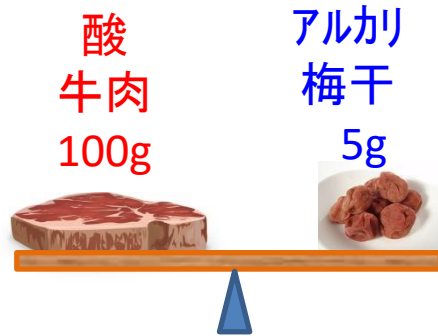
Neuron 81, 2014 より引用

図5 甘味、旨味、苦味のシグナル伝達

出典: https://www.saltscience.or.jp/symposium/2014_1-asakura.pdf

梅干は酸っぱいのにアルカリ食品なのはなぜ？

単位：mEq（ミリ当量）/100g			ーはアルカリ。それ以外は酸		
トーストブレッド	4.20	栗	-9.73	コニャック	-0.07
小麦粉（薄力粉）	4.98	落花生	6.68	赤ワイン	-1.82
スパゲティ	6.89	ココナッツ	-3.43	白ワイン・ドライ	-1.73
コンフレーク	2.63	マカダミアナッツ	1.30	カレーパウダー	-32.81
チーズケーキ	5.22	ごま	2.64	ケツパー	-32.34
鶏卵	9.96	竹の子	-7.03	ウコン	-46.67
りんご	-2.36	オリーブ油	0.02	ブラックペッパー	-25.36
バナナ	-7.46	なたね油	-0.02	ウスターソース	-13.47
いちご	-2.54	ごま油	-0.45	フレンチドレッシング	-0.97
グレープフルーツ	-3.07	大豆油	-0.02	イタリアンドレッシング	-5.54
キウイ	-5.51	バター	0.49	マヨネーズ	1.92
オレンジ	-3.17	ヨーグルト 脂肪分 1.5%	-0.37	トマトケチャップ	-8.90
レモン	-3.05	ヨーグルト 脂肪分 3.5%	-0.05	ハチミツ	-0.39
なす	-3.89	牛乳 脂肪分 1.5%	0.39	マーマレード	-0.93
ほうれん草	-12.08	牛乳 脂肪分 3.5%	0.04	ビターチョコレイト	-11.45
グリーンピース	-3.87	チーズ・ブリー	10.13	ミルクチョコレイト	-1.30
ブロッコリー	-4.64	チーズ・カマンベール	12.28	砂糖・白	-0.06
サラダ菜	-6.62	チーズ・チェスター	19.18	砂糖・ブラウン	-2.08
ピーマン	-2.51	りんごジュース	-2.03	うなぎ	10.35
きゅうり	-2.30	コーヒー（豆）	-1.40	マス	9.51
にんじん	-5.17	コーラ	1.75	にしん	9.18
オクラ	-5.34	グレープフルーツジュース	-2.60	帆立貝	2.30
パセリ	-15.50	インスタントコーヒー	-0.74	かに	8.88
大根	-5.67	ハーブティー	-0.24	鮭	10.01
トマト	-4.17	オレンジジュース	-2.77	鮪	8.83
キャベツ	-3.86	緑茶	-0.45	かれい	8.12
玉ねぎ	-1.74	紅茶	-0.45	いか	10.09
ポテトチップス	-15.22	ビール・ビルスナー（下面発酵）	-0.04	牛肉・胸	8.92
フライドポテト	-6.14	ビール・ケルシュ（上面発酵）	-0.14	牛肉・ヒレ	9.02
じゃがいも	-6.14	シャンパン	-1.02	牛肉・肩	10.44
マッシュルーム	-3.18			豚肉・ヒレ	9.17
しいたけ	-2.74			鶏肉	9.33
味噌（大豆）	5.56				
大豆	-9.07				
豆乳	-0.63				
しょう油	-3.41				
豆腐	0.33				



燃やした灰が
アルカリ性か酸性かによる

灰中に
ナトリウム、カリウムが多い
→ アルカリ
イオウ、リンが多い
→ 酸性

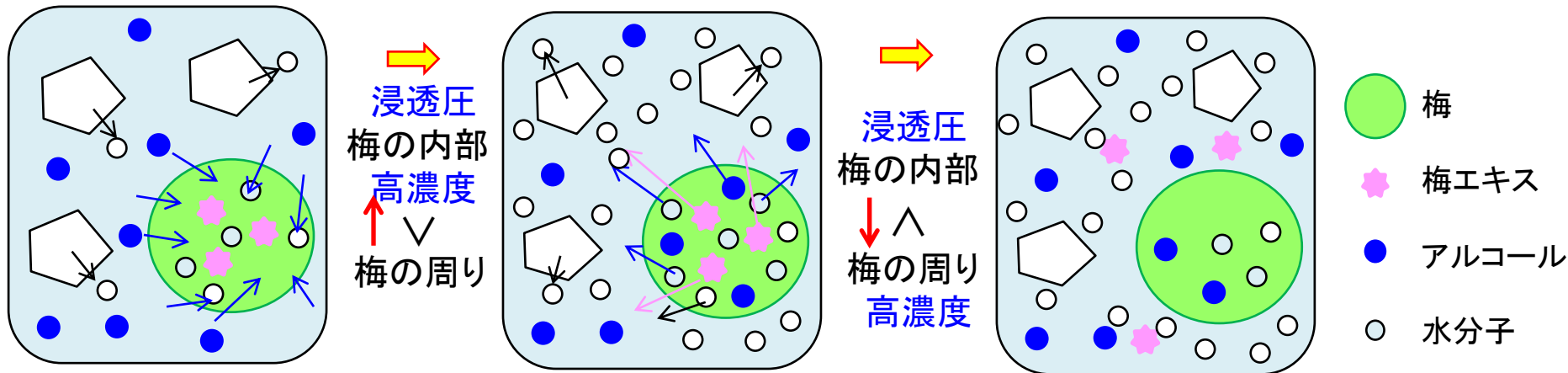
Säure-Basen-Balance
GRÄFE UND UNZER VERLAG
より抜粋

食品名	酸 度	アルカリ度	食品名	酸 度	アルカリ度
肉 類	豚肉	6.16	ホーレン草		15.60
	牛肉	5.00	京菜		6.20
	鶏肉	10.41	キャベツ		4.86
乳・卵類	牛乳		大根		4.53
	チーズ	4.30	人参		6.40
	卵白		ゴボウ		5.04
魚介類	卵黄	19.17	カボチャ		4.35
	マグロ	15.28	ナス		1.93
	サケ	7.90	キュウリ		2.16
	ウナギ	7.52	サトイモ		7.72
	カキ	8.00	ジャガイモ		5.35
	タコ	12.78	サツマイモ		4.27
穀類	エビ	3.18	ミカン汁		3.60
	白米	4.31	ブドウ汁		2.25
	玄米	15.47	バナナ		8.82
	小麦粉	3.44	イチゴ		5.61
豆類	そば粉	7.72	カキ		2.66
	ソラマメ	4.35	リンゴ		3.44
	エンドウ	2.49	マツタケ		6.40
	落花生	5.40	シイタケ		17.48
	大豆	10.20	シメジ		3.67
海藻類	小豆	7.34	茶（5g/l）		1.60
	インゲン	18.82	コーヒー（5g/l）		1.85
	コンブ	38.9	ワイン		2.43
	乾ノリ	5.25	清酒	0.64	
			ビール	1.10	

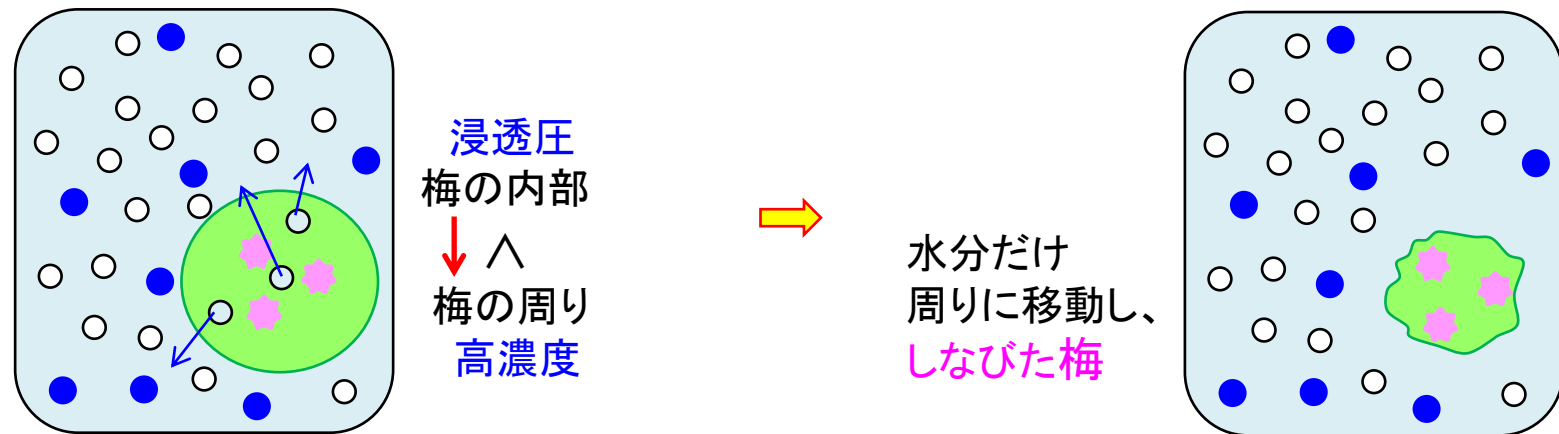
出典：<https://www.wellba.com/wellness/food/contents/00301/sa.html>

梅酒を作るのに、上白糖やグラニュー糖でなく、氷砂糖を使う理由は？

氷砂糖の場合

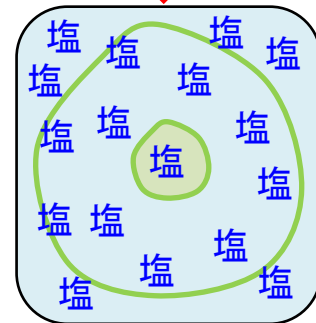
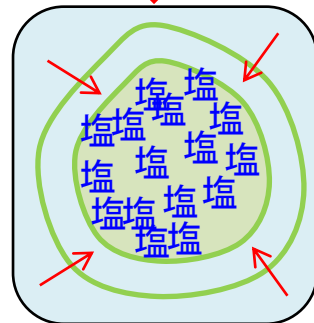
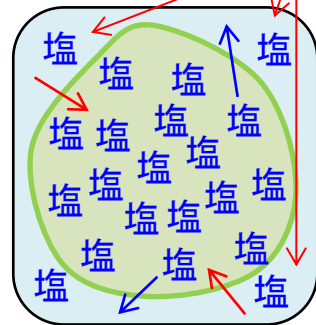
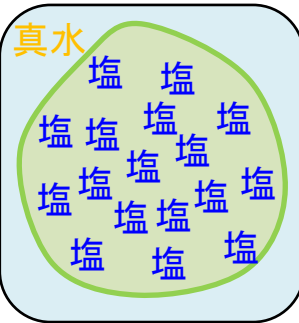
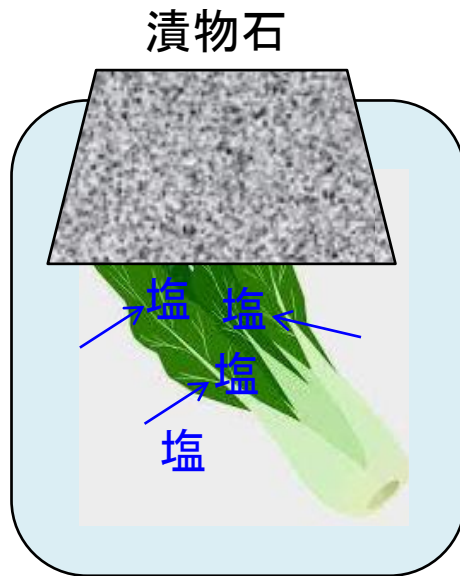


上白糖、グラニュー糖の場合



「呼び塩」とは？

青菜に塩
意味: 元気がない事



塩鮭



「ねこまたぎ」:

- ・魚が好きな猫でも食わずにまたいで通るほど味の悪い魚
- ・猫が食べるところがないほどキレイに身を食べた後の魚の骨

山菜の「あく」とは？

