

ジュースの「濃縮還元」とは？

野菜や果物のジュースの表示を見てみると、「濃縮還元」と記載されているものが多くあります。濃縮還元と表示されていないものは、野菜汁、果汁をそのまま使用した「ストレート」タイプのジュースになりますが、栄養やおいしさ、安全性に違いはあるのでしょうか？今回は「濃縮還元」の疑問にお答えします。

東海コープ
ホームページに
「おいしくて、
安全なおはなし」の
バックナンバーが
あります。



●そもそも「濃縮還元」ってなに？

野菜や果物の果汁に含まれる水分を蒸発させた濃縮果汁に、ふたたび水分を加えて元の状態に戻す(還元する)ことを「濃縮還元」と呼びます。この場合は「濃縮還元」という表示が必要となります。濃縮した野菜汁や果汁は体積が小さくなるため、輸送や保管コストを抑えることができ、飲料を安価に幅広く提供することができます。また、年間を通じて安定した品質のジュースを製造しやすくなります。

●栄養やおいしさは？

「濃縮還元」と「ストレート」タイプのジュースを比べた場合、栄養成分にほとんど変わりはありません。ただし、ご家庭でつくるような生のジュースと比べたら濃縮還元でもストレートタイプであっても、どちらも加熱されているため酵素や食物繊維そしてビタミンCなど減少している成分があります。

一般的に「濃縮還元」は、ストレートに比べて香気が失われやすく、風味が落ちてしまうと言われています。そのため、香料などで香りを補っているものが多いようです。

●安全性は？

濃縮還元は、濃縮したものに水分を加えて元の状態に戻しますので、栽培中に使われた農薬が残っていたとしても、濃縮されているわけではありません。

果汁を濃縮することにより、香りが蒸発してしまうので、元の果物より抽出した香り成分を加えることがあります。このときは、香料と表示されます。合成された香料においても、成分としては天然の香り成分と同じものになります。安心してご利用ください。

価格面でメリットのある「濃縮還元」、果汁を搾ったままの風味の良い「ストレート」、それぞれの良さを正しく理解し、賢く選択したいものですね。

2023年
1月4週
(4号)

東海コープからの

おいしくて、

安全なおはなし

