

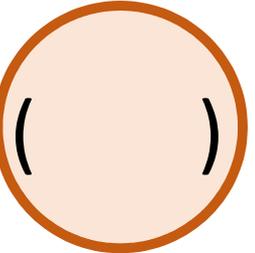
調理は、科学！

組 号 氏名

<皮をむくと、切ると、色が変わる食品>

れんこん、ごぼう、りんご、じゃがいも、さつまいも、バナナ など

なぜ？ 野菜や果物に含まれるポリフェノールが、
()と反応することで変色する。



どうすれば、防げるだろう？



方法	具体策	食品例
1 空気中の酸素に触れないようにする。	()につける。	() ()
2 酵素反応が起こらないように酸性の水溶液につける。	()に浸ける。	() ()
3 酸化を止める。	還元剤()汁などに浸ける。	()
4 反応を阻害する。	()水に浸ける。	()
5 酸化酵素を活動させない。	加熱する。	
6 野菜をカットする()の切れ味を良くする。		

調理は、科学！