



# オリーブ・ラバーズ便り

こんにちは、グルメラバーズです。長く続いた雨もようやく落ち着き、やっと秋らしくなってきましたね。季節の変わり目は何かと心身ともに不調を感じる時期でもあります。今回のEVOOクッキングではエビとナスを使った料理をご紹介します。エビなどに含まれる、グリシリンというアミノ酸は質の高い深い睡眠に効果があるとされています。また、ナスに多く含まれるGABAというアミノ酸には、不安感を抑えて精神を安定させる作用があるそうです。よい睡眠をとることは、毎日の活動をより活発にします。食欲の秋、おいしい健康的な日々をお過ごしくださいね。さて、今回のテーマは、「なぜオリーブオイルの化学テストが必要なのか?」です。

## オリーブオイル なぜ化学テストが必要か?

2015年1月号でご紹介させていただいた「コンポーネントテスト」。このような構成成分含有量のテストを行うことにより、そのオリーブオイルの品質がより明確になり、消費者の方々に100%ナチュラルで安全な商品をご提供することが出来ます。繰り返しになりますが、テストの内容をご説明したいと思います。このテストでは主にジアシルグリセリン含有量とピロフェオフィチン、遊離脂肪酸含有量を調べます。

成分名	特徴	品質指標	説明
1,2-ジアシルグリセリン含有量(%)	脂肪につきにくくなる成分。血中中性脂肪が上昇しにくい	>50%のジアシルグリセリン含有量は、より高品質を示します	トリアシルグリセロールの内訳には、ジアシルグリセロールが形成されている。新鮮なエキストラバージンオリーブオイルは、ジアシルグリセロールの割合が高く多く含まれています。
ピロフェオフィチン(%)	抗酸化物質	ピロフェオフィチンのレベルの上昇は、酸化して低品質のオイル、または保存条件が悪い事を示します。10%以下が高品質のオイルとされています。	オリーブオイルの色素であるクロロフィルは、フェオフィチンに分解した後、オリーブオイルに不適切な熱が加わるとピロフェオフィチンになる。保存条件で変化する
遊離脂肪酸含有量(%)	酸化物質	0.6%を超える遊離脂肪酸のレベルは、加水分解されたことを示し、酸化された品質の良くないオイルです。	遊離脂肪酸は、抽出、処理および貯蔵中の油中のトリアシルグリセロールの加水分解によって形成される。遊離脂肪酸は酸化しやすい性質を持っているため、この遊離脂肪酸が多い、すなわち酸度が高いほど品質が落ちやすいと言われています。

このテストを行うことによって、より大きな消費者の信頼を得ることができ、売り上げ増加につながります。現在ではアメリカを始めオーストラリアでも、このテストを推奨しています。グルメラバーズでは毎年このテストを行っています。

2014年度製品と2015年度新製品のテスト結果を比べてみました。

### オリーブオイル成分テスト

グルメラバーズ EVOO 2014年度製品 2013年8月実施

グルメラバーズEVOO 2015年度新製品 2013年8月実施

1,2-ジアシルグリセリン含有量(%)	50.4%
ピロフェオフィチン(%)	5.5%
遊離脂肪酸含有量(%)	0.28%

1,2-ジアシルグリセリン含有量(%)	78.1%
ピロフェオフィチン(%)	< 0.7%
遊離脂肪酸含有量(%)	0.25%

この結果から、

2015年度の新製品の各数値が(右図)、許容値のクリアはもとより、いかに優れた品質かをあらわしております。左図は2014年度製品を一年経過した時点で検査した結果ですが、多少の数値の変化は見られますが、どの成分も高品質とする指標数値の許容数値をクリアしております。

さて、一年経過後も基準の品質を保てるのはどうしてか?それは、特別な保存タンクに貯蔵しておくことで、鮮度を落とさず保存できるのです。

### オリーブオイル貯蔵タンク



タンクは二重構造になっており、一定の温度が保たれています。中のオイルとタンクとの空間には窒素が注入され一切の空気がない状態にして酸化を防ぎます。

定期的に検査を行い徹底した管理がなされます。



### EVOO WORLD COOKING

インド



<なすと海老のサブジ>

材料 (2人分)

海老 10尾

なす 1本

オクラ 5本

にんにく 1かけ

ショウガ 1かけ

塩 適量

オリーブオイル 大さじ2

カレー粉 大さじ1

クミン 適宜

しょうゆ 小さじ1

片栗粉 適宜



1. 海老はした処理をし、ナスは乱切りして塩をふる。オクラはつ塩ずり斜め切りにする。にんにくとショウガはすりおろす。

2. 海老に片栗粉をまぶし、EVOOオリーブオイルを熱したフライパンで海老をソテーし、いったん皿に移す。

3. 同じフライパンでなすとオクラを炒め火が通ったら、海老を戻しにんにく、ショウガ、カレー粉、クミンを入れて炒める。

4. 仕上げにしょうゆをまわしいれ、塩で味を調える。