

豊かな食を演出する マヨネーズ・ドレッシング

ドレッシング



Dressing
<https://www.mayonnaise.org/>

全国マヨネーズ・ドレッシング類協会

Dressing

1. ドレッシングの歴史	1
2. ドレッシング類の定義	2
3. ドレッシング類の表示	4
4. ドレッシング類の生産と消費の動向	6
5. 市販されているドレッシング類の種類	8
6. ドレッシングの原料	10
7. ドレッシングの製造方法	13
8. ドレッシングの乳化	15
9. 細菌に強いドレッシング	17
10. ドレッシングの化学的变化	19
11. ドレッシングの物理的变化	20
12. ドレッシングの栄養と健康	22
13. ドレッシングの容器	26
14. ドレッシングの上手な取り扱い方	28
引用データ(出典)、会員名簿	巻末



1.ドレッシングの歴史

市販化で、食卓に欠かせない調味料に

歴史的には、酢と油のドレッシング、マヨネーズの順に生まれましたが、日本ではマヨネーズが先に市販化され、一般に普及しました。



酢と油のドレッシングは、紀元前にすでに用いられていた！？

ドレッシングは、サラダの存在なくしては語れません。そもそもサラダは、紀元前のギリシャやローマ時代に、狩猟民族の古代ヨーロッパ人たちが、体の自然の求めに応じて野山の草や葉草を摘んで"葉"として食べたのが始まりだといわれています。やがてその草類に塩をふって食べるようになり、これが後の"サラダ"という名称を生み出しました。つまり、サラダはラテン語の"Sal (塩)"からきたものなのです。

そして紀元前3世紀ごろの戯曲に"酸っぱい味のレタス"の話がありますが、レタスは当時からサラダの主材料、酸味は酢と油のドレッシングではないかといわれています。

こうして地中海地方で食べられていたサラダは、ギリシャからイギリスへ嫁いだプリンセスによってイギリスに紹介され、さらに、ヨーロッパ人のアメリカ移住とともにアメリカ大陸へ…。



マヨネーズは18世紀に発見！

1756年のルイ15世の時代、フランス、イギリス間の紛争で、フランス軍が地中海のメノルカ島を攻撃したときのことで、この土地で古くから使われていた卵黄とオリーブ油で作ったソースに出会った、時のフランス軍の元帥リシュリュー公は、その味に感激し、首都マオンの名にちなみ、マオネーズ (MAHONNAISE) と命名。

後に英語でマヨネーズ (MAYONNAISE) と呼ばれてヨーロッパ各地、アメリカなどに普及していったとの説が有力です。



市販化によってより身近な味に！

ドレッシングの市販化は、日本の場合、マヨネーズから始まりました。

<マヨネーズ>

世界最大の生産量のアメリカで、今日のようなマヨネーズとして市販されるようになったのは1905年以降です。

日本では、大正14年(1925年)に中島董一郎氏(現在のキユーピー株式会社の創始者)によって初めて製造販売されました。当時はマヨネーズを知る人は少なく、生産量も年間600kgとわずか。愛好者ももっぱら流行に敏感な西洋化を好むハイカラ族と呼ばれる人達でした。しかし、その後は戦争で生産が一時ストップしたものの、消費量は年々増えていきました。

<マヨネーズ以外のドレッシング>

ドレッシングと名づけた商品が販売されたのは昭和33年(1958年)です。40年代にはメーカーの数、ドレッシングの種類も多くなり、50年代にはチルド流通のドレッシングも市販されるようになりました。また、近年、健康志向に配慮したものなど、様々なタイプのドレッシングが発売されています。

2.ドレッシング類の定義

"ドレッシング類"は総称で様々な種類があります。

「ドレッシング」に「ドレッシングタイプ調味料」と「サラダ用調味料」を含めたものをドレッシング類と総称しています。



ドレッシング類とは？

最初に「ドレッシング」の定義を説明します。ドレッシングとは、食品表示法（平成27年4月1日施行）に基づく「食品表示基準（別表第3）」で定義されており、食用植物油と食酢又はかんきつ類の果汁を必須原材料として、食塩、砂糖類、香辛料等を加えて調製し、水中油滴型に乳化した半固体状若しくは乳化液状の調味料又は分離液状の調味料であって、主としてサラダに使用するものです。

ドレッシングは、大きく3つに分けられます。1つ目は、「半固体状ドレッシング」といって、固体でも液体でもない一定の粘度（とろみ）をもったものです。この半固体状ドレッシングは、さらに①「マヨネーズ」、②「サラダクリーミードレッシング」、③「（その他の）半固体状ドレッシング」の3種類に分けられます。サラダクリーミードレッシングや（その他の）半固体状ドレッシングは、見た目はマヨネーズに似ていますが、使用できる原材料や食用植物油の重量割合が異なります。これらは、カロリーを大幅に減らしたのや特定の風味付けをしたもので、例えば、マヨネーズタイプ調味料やマヨネーズ風調味料と呼ばれています。ドレッシングの2つ目は「乳化液状ドレッシング」、3つ目は「分離液状ドレッシング」です。

平成19年に定められた「ドレッシング

類の表示に関する公正競争規約」（以下、「公正競争規約」という。）では、上記のドレッシングに、「ドレッシングタイプ調味料」及び加工油脂等を使用した「サラダ用調味料」の2つを含めて、「ドレッシング類」と称しています(図-1)。

ドレッシングタイプ調味料はいわゆるノンオイルドレッシング（又はノンオイル）と呼ばれるもので、「食品表示基準（別表第3）」により、原材料に食用油脂を使用していない液状又は半固体状の調味料で、主としてサラダに使用するものと定義されています。

ドレッシング

以下、それぞれの定義、使用できる原材料等を説明します。

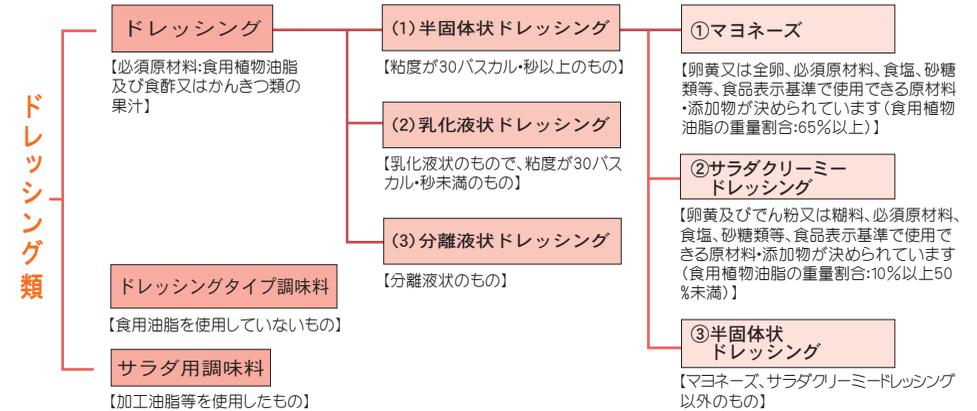
(1) 半固体状ドレッシング

粘度が30パスカル・秒以上の固さをもつ、もったりしたクリーム状のドレッシングを指します。マヨネーズ、サラダクリーミードレッシング、（その他の）半固体状ドレッシングの3つに細分化されます。

①マヨネーズ

食用植物油、食酢若しくはかんきつ類の果汁、卵が必須原材料です。このほかに原材料で利用できるものは、たんぱく加水分解物、食塩、砂糖類、蜂蜜、香辛料に限定されています。添加物で利用できるものは、調味料、酸味料及び香辛料抽出物です。食用植物油含量は65%以上と定められています。

図-1 ドレッシング類の範囲



注：「ドレッシング類の表示に関する公正競争規約」とは、ドレッシング類の表示に関するすべての関係法令（食品表示法、食品衛生法、JAS法、健康増進法、景品表示法等）を包含したもので、景品表示法に基づき公正取引委員会及び消費者庁の認定を受けた業界（全国ドレッシング類公正取引協議会）の自主規制ルールです。

②サラダクリーミードレッシング

マヨネーズと同様に使用できる原材料及び添加物が定められています。マヨネーズに使用できる原材料の他に、でん粉が加わります。添加物では、乳化剤、着色料、糊料、加工でん粉が加わります。食用植物油含量は10%以上50%未満と定められています。

③半固体状ドレッシング

①マヨネーズと②サラダクリーミードレッシング以外の半固体状ドレッシングです。食用植物油等の必須原材料以外、他の原材料及び添加物は特に制限はありません。

(2) 乳化液状ドレッシング

粘度30パスカル・秒未満で、乳化タイプのドレッシングを指します。食用植物油等の必須原材料以外、他の原材料及び添加物は特に制限はありません。

(3) 分離液状ドレッシング

サラダ油などの油相と、食酢などの水相部分が分離した状態になっていて、使用するとき振って混ぜ合わせるタイプのドレッシングです。食用植物油等の必須原材料以外、他の原材料及び添加物は特に制限はありません。



ドレッシングタイプ調味料

食酢又はかんきつ類の果汁に食塩、砂糖類、香辛料等を加えて調製した液状又は半固体状の調味料です。



サラダ用調味料

食酢又はかんきつ類の果汁、食塩、砂糖類、香辛料、加工油脂等を加えて調製した液状、半固体状又は粉状の調味料です。

3.ドレッシング類の表示

食品表示基準で、製品の内容などの表示が義務付けられています

製品に製造責任をもち、また消費者に対して品質を明確にするために、品質に関する各種情報を正確に表示することが製造者又は販売者に義務付けられています。「食品表示基準(別表4)」により、ドレッシング及びドレッシングタイプ調味料の必要表示事項(商品の裏面の囲みのある一括表示事項)の表示方法が定められています。

ドレッシング

【名称】 マヨネーズ、サラダクリーミードレッシング、半固体状ドレッシング、乳化液状ドレッシング、分離液状ドレッシングの各名称を定義に即して表示します。

【原材料名】 使用した原材料は、添加物以外の原材料と添加物を区分して、原材料に占める重量の割合の高いものから順に表示します。なお、原材料のうち最も多いものについては、その原材料名の後ろに括弧書きで、原産地又は製造地(中間加工原料の場合)を表示します。マヨネーズの場合、最も多いのは食用植物油ですが、その表示は「食用植物油(国内製造)」となります。(液状ドレッシングで例えばたまねぎの重量割合が最も高く、たまねぎがすべて国産の場合は、「たまねぎ(国産)」となります。)また、アレルギー(特定原材料等)を含む食品を原材料に使用している場合は、原則として個別に括弧書きで(〇〇を含む)と表示する必要があります。添加物については、原材料名の後ろに「/ (スラッシュ)」などの区切りを入れ、重量割合の高いものから順に表示します。なお、アレルギーを含むものについては、原材料と同様に原則として個別に添加物の後に、括弧書きで(△△由来)と表示します。

(注:アレルギーの表示については、それぞれ個別に表示せず、添加物の後に一括して括弧書きで表示することもできます。)

【内容量】 マヨネーズ等の半固体状ドレッシングはグラム又はキログラムで、乳化液状、分離液状ドレッシングはミリリットル又はリットルの単位で表示します。

【その他】 賞味期限、保存方法、表示責任者(製造者又は販売者)の名称・住所、これに近接して製造所の所在地・名称(注:一括表示の枠内でも枠外でも可能です。製造所の名称が表示責任者と同一の場合は、製造所の名称は省略できます。また、製造所が2以上ある場合は、消費者庁に届け出た製造所固有記号を使用できます。)を表示します。

【栄養成分表示】 食品表示基準により、上記の一括表示とは別に、1食当たりの熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量などの栄養成分表示が必要です。

ドレッシングタイプ調味料

カロリーを気にする人たちのために、食用油脂を使用しないドレッシングタイプ調味料、いわゆるノンオイルドレッシングが数多く市販されています。

ドレッシングタイプ調味料の表示につい

ても、食品表示基準に即し、ドレッシングの場合と同様に行いますが、留意点があります。表面の商品名にノンオイルドレッシング又はノンオイルと表示できるのは、製品100グラム中の脂質が3グラム未満のものに限られます。このうち、脂質が0.5グラム以上3グラム未満のものについては、栄養表示基準に即した栄養表示とともに、「原材料に食用油脂を使用していない」旨及び「含有する脂質は原材料の〇〇等に由来するものである」旨の表示が必要です。食用油脂は使用していないものの、ごま等の原材料を使用していると、脂質はゼロではないからです。なお、内容量は、重量又は体積のいずれかで表示します。

サラダ用調味料

サラダ用調味料の表示は、食品表示基準の横断ルールによりますが、その方法はドレッシングの場合と同様です。内容量は、重量又は体積のいずれかで表示します。

【マヨネーズの一括表示の例】

- 名称: マヨネーズ
- 原材料名: 食用植物油(国内製造)、卵黄、醸造酢、食塩、香辛料/調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆・りんごを含む)
- 内容量: 300g
- 賞味期限: 枠外上部に記載
- 保存方法: 直射日光を避け、なるべく涼しい場所に保存してください。
- 製造者: ◎◎株式会社
- 製造所: ◇◇県〇〇市△△町4-5

(注) 製造所の名称は、自社工場の場合は省略できる。また、製造所の所在地、名称は、製造所が2以上ある場合は、消費者庁に届け出た製造所固有記号の表示をもってこれに代えることができる。

公正競争規約・規則に即した適正表示 - 「公正」マーク

上記の食品表示基準に基づく表示は必要表示事項を規制するものですが、これを含めて商品の謳い文句に係る「特定事項の表示基準」等を定め、中身と異なる不当な表示を禁止することによって消費者が品質・内容等を誤認しないよう定めたものが、ドレッシング類の表示に関する公正競争規約とこれに基づく規則です。

この規約・規則は業界の自主規制ルールですので、全国ドレッシング類公正取引協議会の会員はこの規約と規則に適合した商品を作ります。その証として、「公正」というマークを商品に表示することができます。

(注: 「公正」マークを表示することは会員の任意ですが、これを表示する場合は、全国ドレッシング類公正取引協議会に事前に届け出ることが必要です。)



4.ドレッシング類の生産と消費の動向

マヨネーズの利用場面の拡大と多様なドレッシング類の登場

昭和の時代はマヨネーズが増加し、平成の時代以降は健康訴求型のドレッシング類が増加しています。



基礎調味料として定着したマヨネーズ

マヨネーズの生産動向を見ますと、いわゆる食の洋風化・多様化により、昭和30年代は平均年率30%、40年代は同11%の伸びでまさに高度成長を遂げました。オイルショック後の50年代は緩やかになりましたが、それでも年率4%の伸びでした。平成に入ってから、ノンオイルドレッシングや健康訴求型の半固体状ドレッシング（マヨネーズタイプ）、様々な種類の液状ドレッシングが登場しました。こうした中、マヨネーズはやや減少していますが、その利用場面は野菜サラダだけでなく、大きく拡大しています。お好み焼き、おにぎりの具材、握りずし、スナック菓子など食べ物の味をととのえる調味料として、さらにはチャーハンやホットケーキ、ピザなどへの応用が進み、今や基礎調味料として確固たる地位を築き上げました。

液状ドレッシングについては、乳化させた乳化液状ドレッシングとそうでない分離液状ドレッシングの2種類があります。液状である物性特性を活かし、野菜サラダだけでなく、肉や魚料理などにも使用するドレッシングなど、野菜とは異なる素材を意識したドレッシングが数多く登場し、特徴ある原材料の配合によって多様な食場を演出しています。地域特産の野菜や果実などを利用し、郷土色を強調したドレッシングも道の駅等で多く見受けられるようになりました。

また、同じ液状でも食用油脂を使用していないドレッシングタイプ調味料（ノンオイルドレッシング）は家庭向けの商品が平成元年に登場して以降、平成20年代後半まで約5倍に増加し、現在もダイエットに関心の高い消費者に広く支持されています。

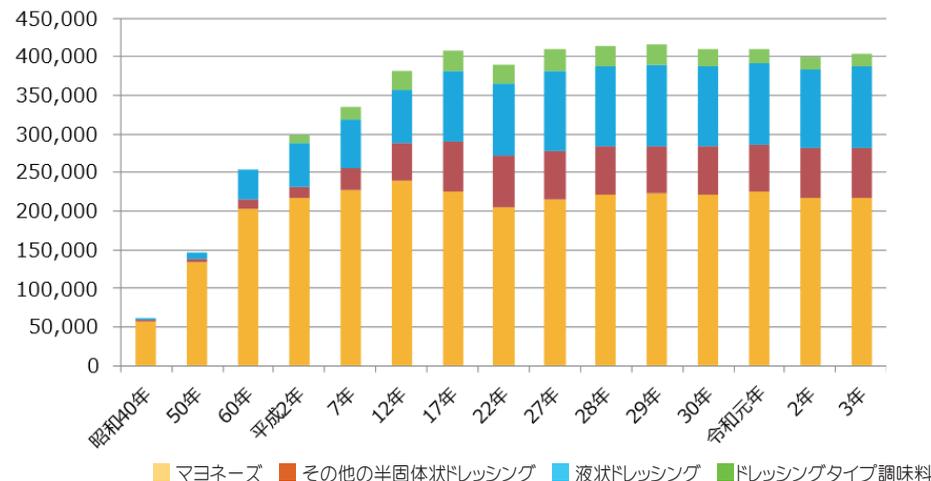
図-3は、図-2の生産量を日本の総人口で除したものですが、これを1人当たり消費量とみなすと、全体の過半を占めるマヨネーズは平成12年の1,900グラムをピークにその後やや減少しましたが、近年は微増傾向で推移しています。（令和3年：1,736グラム）。他方、半固体状ドレッシング及び液状ドレッシングはほぼ横ばい傾向であり、ドレッシングタイプ調味料（ノンオイル）は、減少傾向となっています。



健康訴求を明確にしたドレッシング類の伸長

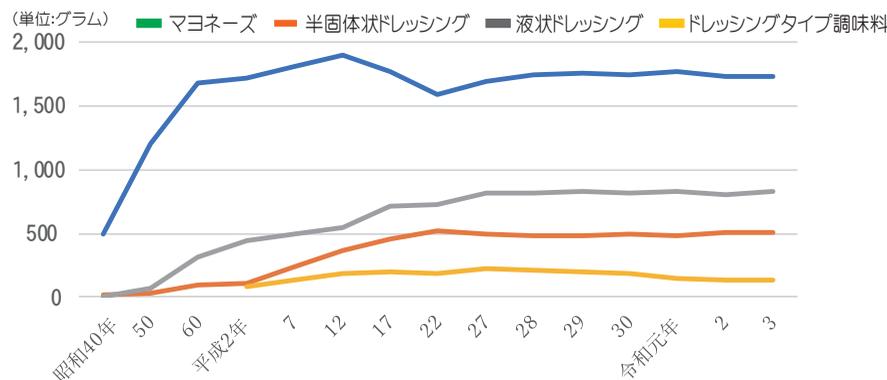
一方、カロリーを低減するなど健康訴求を明確にしたマヨネーズタイプの半固体状ドレッシング（サラダクリーミードレッシング等）は、消費者の健康への関心の高まりを背景に平成以降急速に生産が増加し、平成元年からの約30年間に約6倍に増えていきます。

図-2 ドレッシング類の種類別生産量
トン



注：(1) 会員11社の生産量(1~12月の計) (2) サラダ用調味料は、半固体状ドレッシングに含めた。

図-3 ドレッシング類の種類別1人当たり消費量



厚生労働省が定めた「健康日本21」によりますと、国民平均の野菜の摂取量は現状1日当たり280グラム（令和元年）で、野菜摂取不足が指摘されています。「健康日本21」では、将来これを現状より70グラ

ム多い350グラムへ増やすことが目標とされています。野菜摂取の方法は様々ありますが、ドレッシング類がこれに貢献できる余地はまだ大きいと思われます。

5. 市販されているドレッシング類の種類

持ち味を生かして使い方上手に

市販のドレッシング類は種類が多く、手軽にいろいろな味が楽しめます。代表的なドレッシングを例にあげながら、それらの特徴と効果的な使い方をご紹介します。

(注：食品表示基準に基づく一括表示の名称を()内に記載しています。これが法令に基づく名称で、ここに紹介したタルタルソースやフレンチドレッシング等の名称はいわゆる商品名です。)

●マヨネーズ

(注：一括表示の名称は、マヨネーズ)
食用植物油、卵、食酢又はかんきつ類の果汁に、食塩や砂糖類、香辛料、調味料など、定められた原材料及び添加物を加えて乳化させた半固体状のもの。こくがあり、独特のソフトな口あたりが特徴。生野菜をはじめ、ゆでた野菜に肉、魚介類などを加えたホットサラダに、また、マカロニやフルーツにもよく合います。

●サラダクリーミードレッシング

(注：一括表示の名称は、サラダクリーミードレッシング)
マヨネーズによく似た低カロリータイプのドレッシング。マヨネーズと同様に使うことができます。

●タルタルソース

(注：一括表示の名称は、半固体状ドレッシング又は乳化液状ドレッシング)
マヨネーズなどをベースにし、みじん切りにしたきゅうりのピクルス、ピーマン、玉ねぎなどを混ぜ、香辛料を加えて仕上げています。えびやかきなど魚介類のカクテルやフライによく合います。

●フレンチドレッシング

(注：一括表示の名称は、乳化液状又は分離液状ドレッシング)
乳化タイプと分離タイプがあります。食用植物油、食酢又はかんきつ類の果汁に、こしょう又はパプリカを加えて仕上げたもので、さっぱりした風味が特徴。生野菜のサラダに適しています。

●イタリアンドレッシング

(注：一括表示の名称は、乳化液状又は分離液状ドレッシング)
フレンチドレッシングに似たタイプですが、ワインビネガーで風味をつけたり、オニオンやガーリックなどの香辛料をきかせているのが特徴。生野菜や肉料理に合います。

●サウザンアイランドドレッシング

(注：一括表示の名称は、半固体状ドレッシング又は乳化液状ドレッシング)
半固体状ドレッシングなどをベースに、細かく刻んだピクルスやトマトケチャップを加えた甘味のあるドレッシング。生野菜やゆでた野菜、マカロニ、蒸した魚や鶏肉に合います。

●シーザーサラダドレッシング

(注：一括表示の名称は、乳化液状ドレッシング)
チーズ、アンチョビー、ガーリックの風味を特徴とする、乳化液状ドレッシングです。レタスなどの生野菜とよく合います。

●コールスロードレッシング

(注：一括表示の名称は、半固体状ドレッシング又は乳化液状ドレッシング)
甘味と酸味が強く、スパイスをきかせた、細かく刻んだ生キャベツ用のドレッシング。マヨネーズタイプのものと乳化液状ドレッシング

●ドレッシングタイプ調味料

(注：一括表示の名称は、ドレッシングタイプ調味料)
食用油脂を原材料として使用していない、いわゆるノンオイルドレッシングです。生野菜、ゆで野菜、海藻などの調味料として液状ドレッシングと同じように使用されます。商品名ではノンオイルと表示されているものもあります。



6.ドレッシングの原料

おいしさは良質の原料から生まれる!

ドレッシング類に使用される主な原料は、選択されたうえに、さらに厳しい品質検査を受けて、最良の状態でも取り扱われます。

食用植物油脂から 添加物まで

ドレッシング類にはどんな原料が選ばれているのでしょうか。ドレッシングを例にご紹介します。

●食用植物油脂

食用植物油脂は、ドレッシングの主体を占めるもので、通常精製度の高い純良なサラダ油が使われます。その原料は、大豆油、なたね油、綿実油、こめ油、ひまわり油、サフラワー油、とうもろこし油、オリーブ油、ごま油などです。

サラダ油は、常に安定した品質を保つうえで、風味、保存性、耐冷却性もとても重要なポイントになります。そのために品質の厳しいチェックがあります。官能試験（風味、臭気、外観など）、化学試験（酸価、ヨウ素価、過酸化物質などの分析）、そして物理試験（比重、粘度などの測定）などです。これらのテストに合格して、はじめてドレッシング用の油脂として使われます。

●醸造酢

醸造酢は穀類、果実、アルコールなどを原料として、微生物による醗酵を応用して作られます。

一般に用いられるのは、りんご酢、麦芽酢、ぶどう酢といった洋風の醸造酢や、米酢、穀物酢など和風の醸造酢です。最近は消費者の嗜好から、洋風酢の使用が増えています。

醸造酢も製造過程で、原料の選別や製造

工程に厳しい品質管理の目が向けられています。チェック項目は、官能試験（風味、色調、臭気など）、化学試験（総酸、エキス分などの分析）です。

●鶏卵

卵は、マヨネーズや一部のドレッシングの乳化に大切な働きをします。そのために、新鮮な卵を選び、その取り扱いにも充分気をつけなければなりません。

まず卵の鮮度の見分け方ですが、視覚で選別する方法が多く採用されています。

たとえば、殻つき卵の下から光を当てる透光検卵の場合は

- ・卵殻は清浄、無傷、正常なもの
- ・卵黄は中央に位置し、輪郭がわずかに見られ、欠点のないもの
- ・気室は深さ4mm以内で、ほとんど一定しているもの

以上がチェックポイントです。

さらに割卵したときのチェックポイントとしては

- ・拡散面積が小さいもの
 - ・卵黄は丸く盛り上がっているもの
 - ・濃厚卵白は量が多く、盛り上がっていて、卵黄を充分囲んでいるもの
 - ・水様卵白の量が少ないもの
 - ・卵白は透明で堅いもの
- などが対象になります。

このほかに、細菌試験、化学試験（水分、脂肪、たんぱく質などの分析）、物理試験（粘度などの測定）が併用されて選別が行わ

れます。また、マヨネーズやドレッシングに使う卵は加熱殺菌したものを使用するように定められています。

●香辛料

ドレッシングに使用される代表的な香辛料は、白こしょう、黒こしょう、マスタード、ガーリック、オニオン、ローリエ、パセリ、セロリ、パプリカなどです。香辛料を加えることで味がしまり、また風味もプラスされて、うまみも増します。

香辛料は原料を乾燥して粉末にしたものや、溶剤で抽出したオレオレジン系のもの、水蒸気蒸留によって香りの成分を分離したオイル系のものなど、いろいろな形態で使用されています。

取り扱いについては、香辛料は温度によって辛みが落ちたり、光に当たると退色したりするので、必ず湿気の少ない冷暗所で保存しています。

●添加物

平成元年11月、食品衛生法の一部が改正され、食品に使用した添加物は化学的合成品か化学的合成品以外かにかかわらず、原則としてすべて表示することになりました。その後平成7年の法改正で「化学的合成品」という規定もなくなり「添加物」にまとめられました。また、いわゆる化学的合成品以外の添加物とされていた天然添加物については、その名称を記載した表が既存添加物名簿とされました。ドレッシングによく使用される調味料と糊料について右記に紹介します。

●調味料

ドレッシングに使用してよい調味料は、マヨネーズやサラダクリーミードレッシングでは食品表示基準で限定されています。その他のドレッシングはそれぞれの特徴を出すために、トマト加工品やウスターソース、しょうゆ、肉エキス、野菜エキスなどが使われることもあります。いずれの場合も、品質のよい原料を選ぶことが、おいしいドレッシングを作ることにつながるのです。

●糊料

マヨネーズ以外のドレッシングの糊料としては、グァーガム、キサンタンガムといった多糖類が主に用いられます。

ドレッシングに対する糊料の効果には、「安定効果」、「増粘効果」などがあります。多糖類を用いるときは、「pHや塩含量の違い」、「使用時の温度」、「油脂の含量」など、製品の特性に応じて使い分けています。



6.ドレッシングの原料

【参考:従来のJAS規格で使用が認められていた添加物】

ドレッシングのJAS規格(平成26年2月農林水産省告示)では、添加物の使用について、必要最小限度の使用を原則とするコーデックスの一般原則に適合していることや消費者への情報伝達の方法などが規定されました。従来のJAS規格で使用が認められていた添加物は、この原則に適合するものとして取り扱われており、また、これ以外のものについては使用目的や使用量が適正であると登録認定機関が認めた場合は、使用が可能になりました。参考までに、従来のJAS規格で使用が認められていた添加物のリストを表-1に掲げます。

表-1 ドレッシングに使用できる添加物 (JAS規格)
(平成20年10月16日、農林水産省告示第1503号)

	マヨネーズ	サラダクリーミー ドレッシング	半固体状ドレッシング 乳化液状ドレッシング 分離液状ドレッシング
調味料	○	○	○
酸味料		○	○
乳化剤		○	○
着色料		○	○
糊料		○	○
酸化防止剤			○
香辛料抽出物	○	○	○
香料			○
加工でん粉		○	○

注:

- (1) マヨネーズ、サラダクリーミードレッシングに使用できる調味料は、5'-イノシン二ナトリウム、5'-グアニル酸二ナトリウム、L-グルタミン酸ナトリウム、コハク酸二ナトリウム及び5'-リボヌクレオチド二ナトリウムです。
- (2) 酸味料としては、クエン酸があります。
(注: 非JAS品のマヨネーズについては、酸味料の使用が認められています。)
- (3) 乳化剤としては、酵素処理レシチン、酵素分解レシチン、植物レシチン、分別レシチン及び卵黄レシチンがあります。
- (4) 着色料としては、ニンジンカロテン、トウガラシ色素及びパーム油カロテンがあります。
- (5) 糊料としては、カラギナン、キサンタンガム、グァーガム、タマリンドシードガム及びペクチンがあります。
- (6) 酸化防止剤としては、ミックストコフェロール及びL-アスコルビン酸があります。
- (7) 加工でん粉としては、アセチル化アジピン酸架橋デンプン、アセチル化リン酸架橋デンプン、アセチル化酸化デンプン、オクテニルコハク酸デンプンナトリウム、酢酸デンプン、酸化デンプン、ヒドロキシプロピルデンプン、ヒドロキシプロピル化リン酸架橋デンプン、リン酸モノエステル化リン酸架橋デンプン、リン酸化デンプン及びリン酸架橋デンプンがあります。

7.ドレッシングの製造方法

乳化タイプと分離タイプを作る

ドレッシングの製造方法は、乳化と分離に大別できます。

前者は攪拌乳化で仕上げ、後者は二度充填方式で行うのがポイントです。



乳化タイプのドレッシングができるまで

乳化タイプのドレッシングには、卵で乳化するマヨネーズタイプと、卵にでん粉、ガム類などの糊料を併用して乳化するタイプ、また、糊料のみで乳化するタイプがあります。しかし、製造方法はいずれも同じようなものなので、マヨネーズを例にとって説明しましょう。図-4"マヨネーズのできるまで"を合わせてご覧いただければわかりやすいと思います。

1. 原材料の検査、受け入れ

マヨネーズの原料を、"ドレッシングの原料"のところでも述べたチェック項目によって検査し、これに合格した原料が、マヨネーズの原料として受け入れられます。

2. 原料処理

サラダ油、醸造酢は、異物が入らないようにろ過されます。鶏卵は割卵機で割ります。マヨネーズは品種によって卵黄と卵白に分け、卵黄だけを使う場合と、全卵を使う場合があります。卵黄、全卵ともに、殺菌機により加熱殺菌してから使用します。

3. 調合

サラダ油以外の原料を調合タンクに入れて均一にしたのち、攪拌機を備えたタンクに入れ、空気を抜きながらサラダ油を徐々に投入していきます。

4. 攪拌乳化

この段階は仕上げ攪拌ともいい、乳化を安定させる乳化機に、調合したマヨネーズ

を通すと、油の粒子が細かく、粘度が高くなめらかなマヨネーズができ上がります。

5. 充填

でき上がったマヨネーズは、ガラスびんやプラスチックなどの容器に、手に触れることなく、機械によって衛生的に充填されます。

あとは自動的に箱詰めされて製品倉庫に運ばれ、出荷を待ちます。



分離タイプのドレッシングができるまで

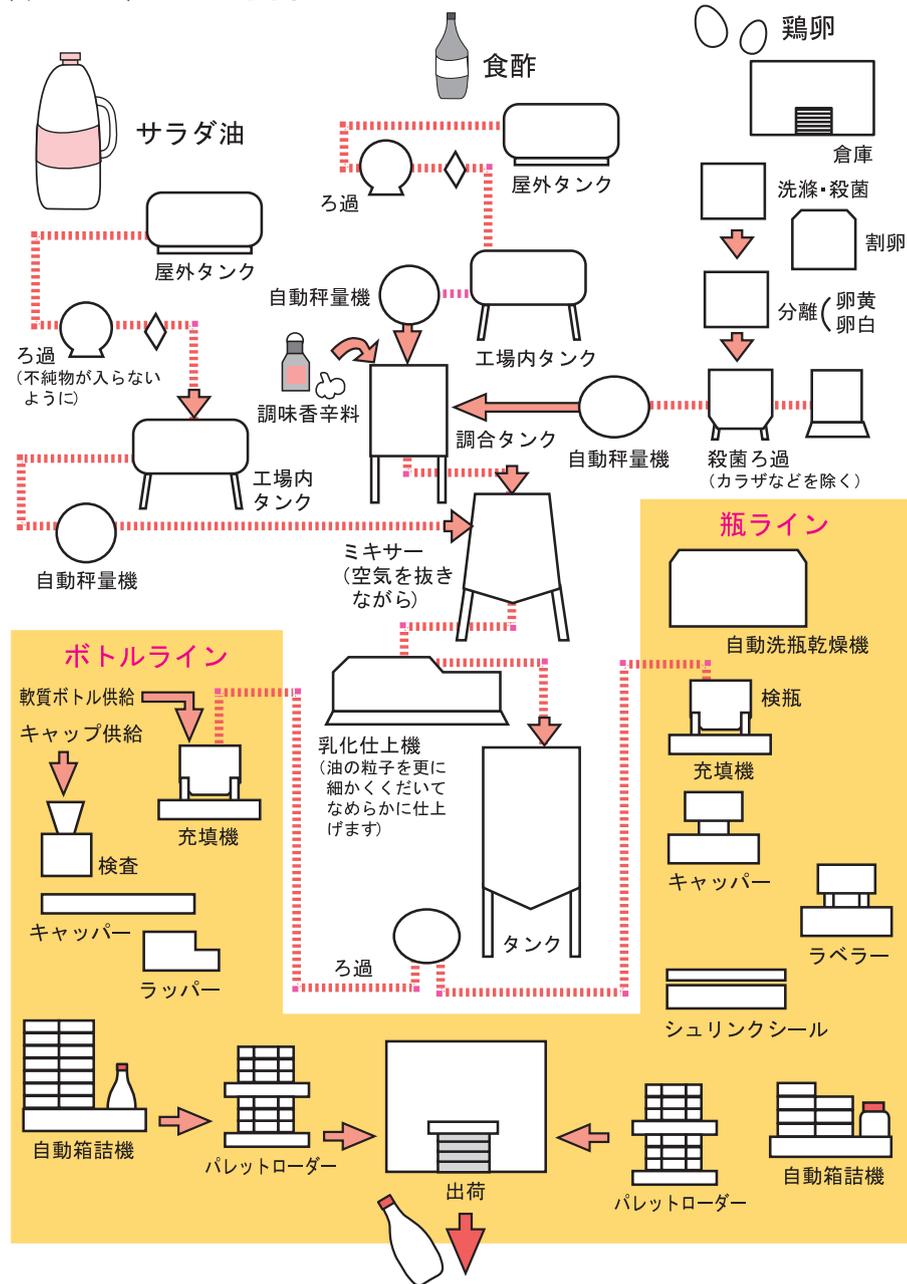
分離タイプのドレッシングは、全ての原料を混合して容器に充填すれば作れます。しかし、この方法で製造したものは、水相部と油相部が一定比率になりにくいとか、水相部と油相部の境目に、品質上問題はありますが、濁りが生じるなどの問題があります。

そこで考えられた製造方法は、水相部分と油相部分を別々に調合し、充填すること、すなわち最初に比重の重い水相部分を充填し、次に油相部分を充填するという二度充填方式で行われることが多いです。



7. ドレッシングの製造方法

図-4 マヨネーズのできるまで



8. ドレッシングの乳化

まろやかさと風味のための乳化

乳化タイプのドレッシングにとって、乳化の安定がポイントです。不安定な乳化は分離のもと。その点、市販のものは安心です。

乳化には二つのタイプ 水中油滴型

乳化タイプのドレッシングは、純良なサラダ油と、卵、醸造酢、でん粉、糊料、食塩、調味料、香辛料などを適宜組み合わせ、混ぜ合わせて、水中油滴型に乳化したものです。

水中油滴型の乳化は、図-5の模式に示しているとおり、サラダ油が微細な球状になって、他の水溶性成分（卵や醸造酢、でん粉、糊料、食塩、調味料、香辛料などの混合物）の間に分散している状態をいいます。逆にいえば、卵黄の乳化力や糊料などの乳化剤の力によって、水溶性成分が微細なサラダ油を包み込んでいる状態です。この水中油滴型（O/W型）乳化の代表的な食品は、ドレッシング、クリーム、牛乳などです。

油中水滴型

水中油滴型の乳化とは逆のタイプとして、油中水滴型（W/O型）の乳化があります。これは、油が水溶性成分を包み込んでいる状態です。代表的な食品としては、バター、マーガリンがあげられます。

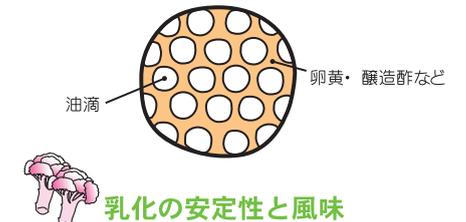
味の違い

水中油滴型と油中水滴型の間には、基本的な味の違いがあります。

たとえば、マヨネーズの配合で油中水滴型の食品を作ったとします。その風味は、油っこい中に塩辛さと酸っぱさが口の中に広がり、味のバランスがとれず、非常に劣ったものになります。

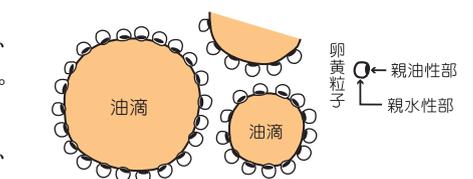
乳化物の風味は、口に含んだときに、舌の上に最初に触れるのが油の部分か、水溶性成分かによって大きく変わります。マヨネーズの場合は後者です。

図-5 水中油滴型乳化の模式



マヨネーズの乳化状態を作るときに、卵黄が重要な働きをします。図-6で示しましたが、油滴の表面に卵黄の薄い膜ができて、卵黄の親油性部分が油滴と結びつき、さらに親水性部分が外側の水と結びついて、安定した乳化状態を作り出すというわけです。

図-6 マヨネーズの乳化状態の模式図



同じ水中油滴型のドレッシングでも、その乳化の程度によって、ドレッシングの安定性や風味などが違ってきます。

そこで、手作りマヨネーズと市販のマヨネーズを比較して、その違いをみてみましょう。まず、手作りマヨネーズと市販のものでは、サラダ油の粒子の大きさが異なります。手作りの場合は、約10~40マイク

8. ドレッシングの乳化

ロメートル（注：1マイクロメートルとは1/1000ミリメートル）であるのに対し、市販のものでは2~4マイクロメートルと、均一で小さな粒子になっています。平均に小さな粒子になれば、マヨネーズの粘度が高くなり、なめらかな安定したものに仕上がります。手作りマヨネーズを一晩放置したら、油が分離してしまったということがあります。これは、乳化が不安定であるために起こったのです。

また、風味についても、同じ配合でも手作りや工場規模のマヨネーズでは違いがあります。手作りのほうは、粒子が大きく、乳化が安定していないので、油っぽさを感じられ、味の点からも調和がやや劣るといわれています。

マヨネーズの味の調和には乳化安定性が優れている以外に、熟成期間として、ある期間保存したほうが望ましいとされています。しかし、手作りの場合は、長期保存がきかないため、熟成が終わらないうちに食卓にあがります。

工場で作られたもの場合は、乳化安定性に優れ、微生物に対する心配もないため、熟成期間を経たなめらかな風味が楽しめるというわけです。



卵黄と糊料

卵黄を使用しない乳化タイプのドレッシングでは、糊料が卵黄の役目を果たします。しかし、糊料は卵黄と異なり、親水基のみで親油基をもっていないため、厳密な意味では、卵黄と糊料の役目は違うということになります。

それでも一般的には、糊料は"6. ドレッシングの原料"のところでも述べた作用により、乳化安定剤の役目を果たしているといえます。



9. 細菌に強いドレッシング

ドレッシングはなぜ日持ちするのか？

ドレッシング類には卵黄をはじめ肉エキスや野菜エキスのような、日持ちしにくい原料が使われています。にもかかわらず、ドレッシング類では防腐剤を使用していません。そのわけは？ ドレッシングを例に説明します。



食塩と酢酸が防腐の役目を

ドレッシングの日持ち、そのかぎを握っているのが醸造酢と食塩です。醸造酢と食塩はドレッシングの味作りの基本になると同時に、それぞれが持つ殺菌作用が防腐の役目も果たします。そのため、ドレッシングには防腐剤を使用する必要がないというわけです。

とはいえ、市販のドレッシングは、製造日から長ければ数か月間、流通と消費にかかります。そのため原料の選別、製造工程に細心の注意を払うのはもちろんのことですが、特に、細菌を抑えるのに効果的な、醸造酢と食塩の配合割合が重要なポイントになります。



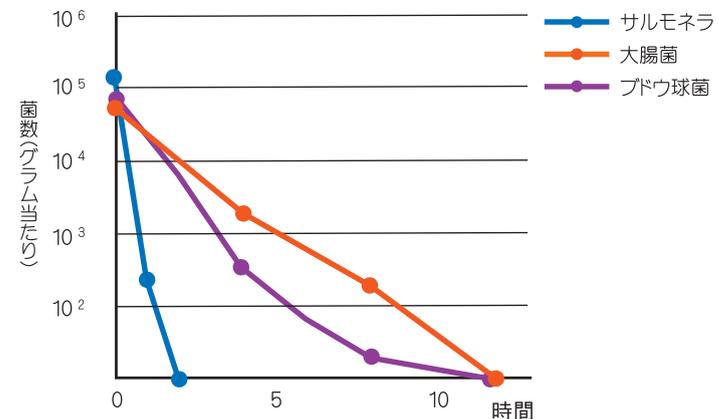
食塩、酢酸と細菌の関係

食塩、酢酸と細菌の関係は、ドレッシング全体の濃度ではなく、油を除いた水相部分の食塩、酢酸濃度が大きく影響します。ドレッシング全体では、同じ食塩、酢酸濃度であっても、油の多いもののほうが、油の少ないものより水相中の食塩、酢酸濃度が高いこととなります。

また、醸造酢に多く含まれる酢酸は、果実類の酸であるクエン酸、りんご酸などに比べると、殺菌力や細菌の繁殖を抑える力が強いといわれています。

実際に、市販のマヨネーズに病原菌を添加した実験例を図-7のグラフに示しましたが、サルモネラ、大腸菌、ブドウ球菌のいずれも減少していく傾向が見られました。

図-7 市販マヨネーズ中の各種病原菌の消長 (25℃)



9. 細菌に強いドレッシング



マヨネーズを使った料理でも、 保存に注意！

マヨネーズに細菌の繁殖を抑える効果があるといっても、それはマヨネーズ単体でのことです。サラダ等、食材と混ぜて調理した場合、そのサラダ自体の保存性を上げる程の効果はありません。

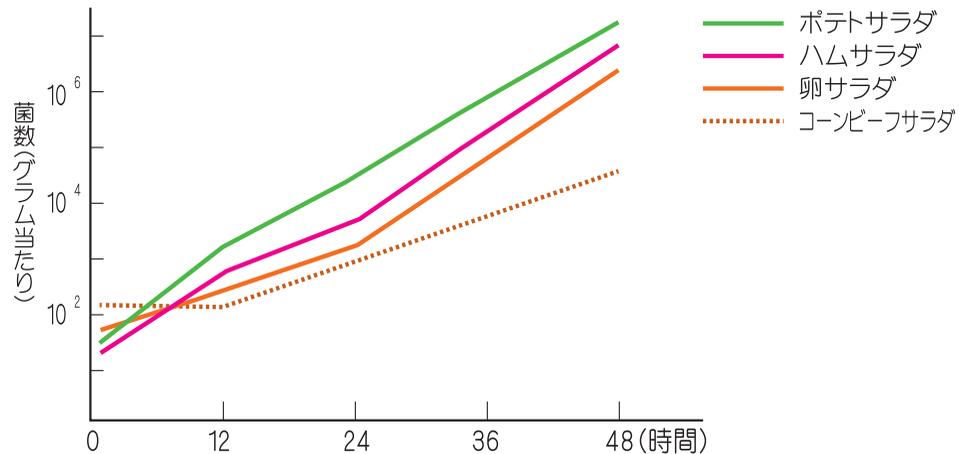
その状態を図-8に示しました。

したがって、マヨネーズを使った料理は、できるだけ早く食べてしまいたいものです。やむなく保存する場合は冷蔵庫に。

なお、マヨネーズを使った市販の惣菜については、調理・流通・販売の各過程で格別の配慮がなされていますが、上記同様できるだけ早く食べてしまいたいものです。



図-8 各種マヨネーズを使ったサラダの一般生菌の消長 (25℃)



10. ドレッシングの化学的变化

化学的变化を防ぐことは保存性の重要なポイント

ドレッシングは、とてもデリケートです。取り扱いに十分な配慮をしないと、化学的变化を起こします。

ドレッシングの保存性に影響を与えるのは、前述の細菌学的問題のほかに、化学的变化があります。

ドレッシングの化学的变化は、空気（酸素）、温度、光などによる油の酸化、メイラード反応といわれる糖とアミノ酸の反応、たんぱく分解酵素による卵黄、卵白の分解、酸素や光による色素成分の酸化や変色などがあります。このような化学的变化は、ドレッシングの保存性を左右し、特に油の酸化度合は、保存期間を決定するのに大きく影響します。



長期の保存や光は変色の原因に

マヨネーズは古くなるにしたがって黄色は少しずつ薄くなり、次第に白っぽくなり、さらに進むと灰色を帯びてきて、最後は薄茶色に変色します。

また、ターメリックの黄色、パプリカの赤色は、光に当たると徐々に退色していきます。



たんぱく分解は粘度低下を招く

マヨネーズは、長期に保存するとたんぱく分解酵素により、卵のたんぱくが分解され、粘度が低下することがあります。



油は空気に弱い

油の酸化は、空気（酸素）に触れたり、日光や蛍光灯の光に当たっても促進されます。また、キャップが緩んでいたり、空気を通しやすい容器にドレッシングを入れ、長期保存した場合も酸化します。



異常な状態に弱いドレッシング

温度や圧力、振動などに、敏感に反応を示すドレッシング。分離や粘度の低下を防ぐには、ドレッシングに合った環境作りを…。

ドレッシングの品質変化には、乳化タイプでは油や水の分離、粘度の低下などがあり、分離タイプでは水相中に微細な沈澱物が発生したり、使用後静置しても油相と水相が二相にはっきり分離せず、白く濁るなどの物理的变化もみられます。分離や粘度の低下は、温度、圧力、振動などの外的因子に基づくものと、化学的变化が起こり、その結果、物理的变化に結びついているものがあります。

低温、冷却による分離

乳化タイプのドレッシングを冷蔵庫で保存したところ分離してしまったという話を聞きます。これは、ドレッシングを0℃以下で保存すると、サラダ油が凍って針状の結晶を作りやすくなり、乳化している膜面をこの結晶が突き破ってしまうため、冷蔵庫から出したときに、油が分離してくるからです。

これは、サラダ油の種類、たとえば低温で凍りにくいひまわり油やサフラワー油などによって、ある程度防止することができます。

一方、ある種類の油を適当な比率で混合すると、耐冷却性が出てくることも報告されています。しかし、これらの油にも限界があり、0℃以下で長期保存する場合、たとえばフリーザーの中に置かれたときに、分離を起こすこともあります。ドレッシングの冷蔵保管は、フリーザーやフリーザー

近くは避けるようにし、冷蔵庫の下段に保管するのが望ましいといえます。

高温、加熱による分離

乳化タイプのドレッシングは、高温、加熱も嫌います。特に、卵だけで乳化させているマヨネーズは、熱により卵が凝固して乳化力を失い、分離してしまいます。

このようにドレッシングの中には、加熱によって分離しやすいものがありますから、台所などでは、熱のあたりやすい場所に置くことは、絶対に避けなければなりません。

余談ですが、この分離を利用して、パン生地に取り込みを入れ、そこにマヨネーズをのせてオーブンで焼き、わざわざ分離させ、その油をパンにしみ込ませた、ユニークなパンを作っているメーカーもあります。

輸送の際の振動による分離

乳化タイプのドレッシングを遠距離輸送したり、特に悪い道路上を輸送したような場合には、ドレッシングの表面に一部油が分離してくることがあります。これは振動によって、乳化しているサラダ油の微細な粒子がくっつき合い、大きな油滴となって表面に生じるものと考えられます。

しかし、プラスチック容器など、口の狭い容器の場合は、こうした分離はほとんど見られません。ただし容器の材質が柔らかいために、絞り出すときに必要以上にんだりするとマヨネーズの粘度が低下し、分

離してくることがあるので気をつけましょう。

圧力による分離

プラスチック容器入りドレッシングを詰めた段ボール箱を非常に高く積み重ねたような場合、下段の箱が圧力に耐えきれずにつぶされ、ドレッシングの容器に大きな圧力がかかったときにも、分離が発生しやすくなります。

家庭でも、使いかけのドレッシングを折れ曲がった状態の容器のまま保存すると分離することがあります。これも圧力という物理的变化によって分離したものです。

乾燥による分離

ドレッシングは、乾燥によっても分離することがあります。

ドレッシングは、油が多く、水は比較的少なく、マヨネーズの場合の水分は15~25%程度です。乳化は、油と水相部分のバランスによって成り立っているため、もしマヨネーズの水分が蒸発してしまうと、バランスがくずれて油が分離してきます。分離しないまでも濃縮されると、その結果、色が濃くなったり、なめらかなクリーム状を著しく損なうようなことになります。よくある例ですが、サラダなどにマヨネーズをかけ、そのまま長時間放置しておくと、マヨネーズが異常に黄色くなっていることがあります。極端な場合は、油が分離しています。このような現象は、乾燥が主な原因と思われます。

タルタルソースやサウザンアイランドドレッシングなど、マヨネーズ以外の油の多いドレッシングにも、この傾向が見られます。

分離タイプのドレッシングは、乳化タイプのドレッシングに比べて、物理的な変化は少なく、物性的に安定しています。このタイプのドレッシングは、水相と油相に分離しており、使うときによく振って、一時的に乳化状態にします。



手近な健康維持食品

ドレッシングに使われる卵、食酢、サラダ油、香辛料などは、食欲増進や疲労回復に役立つものばかり。大いに利用して健康維持を。

フレンチドレッシングとマヨネーズの成分

今やドレッシングは多種多様で、その数は無限といっても過言ではないでしょう。マヨネーズ、フレンチドレッシングに始まったドレッシングですが、これらをベースに、嗜好の多様化も手伝って、オリジナルのドレッシングも数多く生まれています。

自分で好きなようにアレンジして作る自家製の味、レストランなどの自慢の味、加えてメーカーが作る市販の味など。

したがって、ドレッシングの成分もいろいろです。

市販品をみても、同じ種類のドレッシングでも、各社それぞれに特色を出すために配合を工夫しているので、栄養成分、カロリーなど様々です。

そこで、代表的なドレッシングとマヨネーズについて、文部科学省の「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」を提示します。P24, 25の表-2をご覧ください。

必須脂肪酸を含む植物油、β-カロテンの吸収もサポート

食用植物油(植物油)には、リノール酸、α-リノレン酸という体内では合成できない必須脂肪酸(高度不飽和脂肪酸=脂肪酸の中に二重結合が2個以上あるもの)が含まれています。これらは人間の健康維持のための栄養素として、欠くことのできない成分です。つまり、植物油を含むマヨネーズやドレッシングを利用することで、これらの必須脂肪酸を手軽に摂取できるのです。

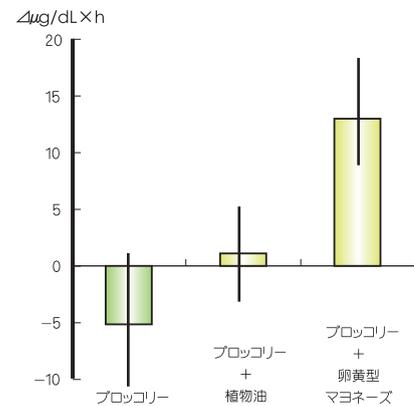
一般に植物油は、動物油脂に比べて血清コレステロール値を下げる作用を持っているといわれます。これは、植物油の中の必須脂肪酸などによるとされており、植物油を含むマヨネーズやドレッシングにも血清コレステロール値を低下させる働きがあるといわれています(図-9, 10)。

また、ブロッコリーやニンジンなどの緑黄色野菜に豊富に含まれるβ-カロテンは

油と一緒に摂ることで吸収率が高まるということが知られています(図-11)。古代ギリシャ、ローマの時代から野菜にオリーブオイルを使用してきたように、サラダにマヨネーズやドレッシングをかけることは理にかなった食べ方なのです。

な栄養素ですが、醸造酢には肉や魚の中に含まれるカルシウムを引き出し、その吸収を促進する働きがあります。そのほかにも、食べ物を傷みにくくしたり、減塩食の味を上手に引き立たせるなど、ドレッシングの原料となる醸造酢には健康な毎日を過ごすために役立つ様々な効用があるのです。

図-11 血中β-カロテンの濃度の増加量



たっぷり食べたいサラダ

ドレッシングの原料であるサラダ油や醸造酢が健康に役立つことは前述のとおりですが、ドレッシングはそのまま単品として食べられることはなく、サラダのソースとして、サラダといっしょに食べるのが普通です。サラダの始まりは、狩猟民族だった古代ヨーロッパ人たちが、野や山の薬草をひきちぎって、薬として食べたことからだといわれています。それも、体が自然に求めるままに…。

その後のサラダの歴史をみても(1ページ参照)、肉食のヨーロッパ人によって世界に広められています。また、生野菜のサラダは、低カロリーで、ビタミンやミネラルを多く含んでいるので、美容食として、大いにもりもりと食べたいものです。



食欲増進や疲労回復に役立つ醸造酢

醸造酢はドレッシングに欠かせない原料ですが、その醸造酢の酸味は、人の味覚や嗅覚を刺激し、脳の摂食中枢に働きかけるといわれており、食欲を増進させてくれます。さらに、唾液の分泌も促し、消化吸収をよくしてくれます。また、醸造酢には疲労回復の効用もあります。体を使ったあとは、エネルギーの源となるグリコーゲンが不足し、これが疲労感に繋がります。運動後は糖분을補給して、減少したグリコーゲンを再補充する必要がありますが、その際に糖分と一緒に醸造酢を摂取するとより早く回復します。

カルシウムは現代の日本人に不足しがち



図-9 食用油脂の血清コレステロールへの影響

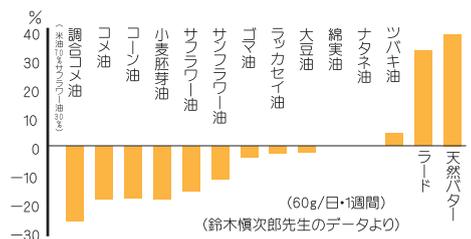
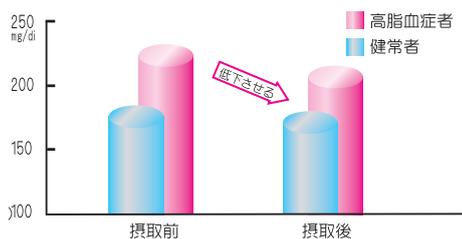


図-10 マヨネーズ摂取前後の血清コレステロール値の変動(15g/日を12週間摂取した場合)



安心して使えるプラスチック多層容器

ドレッシングの容器は、ドレッシングの品質保持だけでなく、使いやすさの点も考慮され、今日のプラスチック容器に至っています。

ドレッシング容器の条件

現在、ドレッシング容器の大部分はプラスチック容器で、一部がガラスびんです。特にマヨネーズの場合は、プラスチック容器の比率が高く、マヨネーズの消費が今日のように伸びたのは、この容器の手軽さ、使いやすさにあずかるところが大きいといえます。

ドレッシング容器として要求される性能は、

- A) 衛生性、安全性に問題がないこと
- B) 耐油性があること
- C) 光、酸素や水分の透過性が少ないこと
- D) 流通保管上、必要な物理的強度を有すること
- E) 使いやすく、経済的に安価であることなどです。

また、ドレッシングは常温で販売されるため、特に考慮しておかなければならないことは、容器が酸素をどの程度通すか、いわゆる酸素透過量（単位 $\text{ml}/\text{m}^2 \cdot \text{day} \cdot \text{atm}$ ）のチェックです。酸素を多く通す容器は、油の酸化、色の変化などドレッシングに悪い影響を及ぼし、品質を低下させることになります。

ガラスびんの場合

ガラスびんは、酸素透過量が0であり、耐油性など要求される性能をほぼ満たし、ドレッシングに適した容器といえます。破損の心配もありますが、リサイクルに適した環境にやさしい容器です。

プラスチック容器の場合

現在市販されている軟質ボトル入りマヨネーズの大方の容器は、酸素をほとんど通さないプラスチックを採用しています。

この容器は、内層と外層にポリエチレンを使用し、中間層に酸素透過性の低いプラスチックを使った多層容器になっているのが特徴です。

一方、分離タイプや粘度の比較的低い乳化タイプのドレッシングに対しては、透明なPET（ペットボトル）容器が使われるようになってきました。これもガラスびんに比べ、軽くて持ち運びに便利、落下しても割れにくいので、手軽に使うことができます。また、酸素透過性も非常に低いという利点もあります。

マヨネーズのように絞出す必要のないドレッシングの容器として普及しています。プラスチック容器のリサイクルシステムや、環境負荷を軽減する資材を活用した容器の研究開発なども盛んに行われています。

容器と過酸化物質の関係

図-12は容器の酸素透過度と過酸化物質の関係を表したもので、マヨネーズ用多層容器の酸素透過量は、20~30（単位 $\text{ml}/\text{m}^2 \cdot \text{day} \cdot \text{atm}$ ）程度に対し、ポリエチレン単体の容器は400前後です。

容器と過酸化物質の関係は図-13のようになります。マヨネーズ用多層容器は、ほとんどガラスびんに近づいています。同様に、分離タイプや粘度の低い乳化タイプのドレッシングに使われている硬質プラスチック容器も、ガラスびんに近い性能をもっています。

図-12 マヨネーズ容器の酸素透過度と過酸化物質との関係

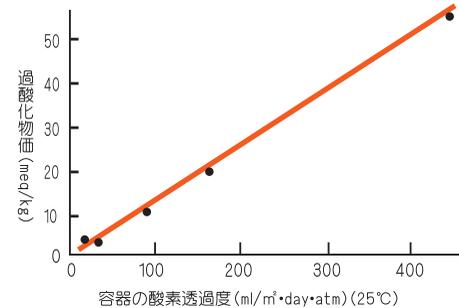
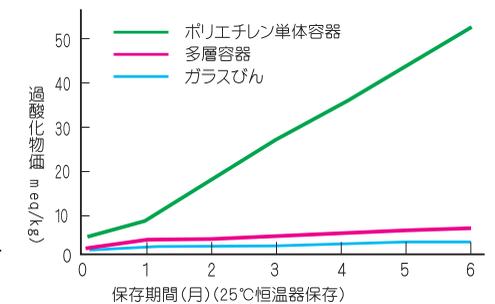


図-13 マヨネーズ容器と過酸化物質との関係



14.ドレッシングの上手な取り扱い方

おいしいものをおいしく味わうために

どんなに品質の優れたドレッシングでも、管理が悪ければ、品質は低下します。特に開封後の取り扱い方に注意しましょう。



ドレッシングを購入するとき

ドレッシングは好みや料理に合わせて選ぶとよいです。ドレッシングと一口にいても、さまざまな味があります。同じ種類のものでも味はメーカーによって特徴づけられていますから、自分の舌で味わってみるのが確かでしょう。常備して便利なのはマヨネーズ。これをベースにしていろいろな味が作れますし、どんな料理にも合わせることができ、なにかと重宝します。

買うときは、商品管理のよい店で

ドレッシングが光や高温に弱いことは、前に述べました。直射日光が当たらない涼しい場所に陳列してある店で選ぶようにしましょう。

1か月程度で使いきるサイズを選ぶ

おいしいものはおいしいうちに。家庭での消費量を考えて、1か月ぐらいで使いきる容量のものを選ぶようにしましょう。



家庭で使うとき

5~10℃の場所で保存を

開栓前は直射日光を避け、なるべく涼しい場所に保存してください。開栓後は冷蔵庫で保存し、フリーザーや0℃以下の場所は、分離の心配があるので避けてください。

開栓後は早く使いきる

ふたを開けるたびに空気に触れることになるので、できるだけ早く使いきるようにしましょう。

ふたはしっかり閉める

チューブの場合は、空気を押し出してからキャップを固く締めます。その他の容器も、ふたを固く締めておきます。



おいしいサラダを作るには

新鮮な材料を使う

シャキシャキとした歯ざわりはサラダならではのものです。それも新鮮な材料を使ってこそです。

生で食べる野菜は冷水につける

野菜はきれいに洗ってから、冷水につけてパリッと張りをもたせます。あとは、水けをよくきっておくことが重要です。

葉野菜は手でちぎる

特にレタスやチコリは、包丁で切ると切り口が茶色く変色したり、金物の臭いがつくので、手でちぎったほうがよいでしょう。

サラダは充分冷やして

普通、サラダは冷たくしていただくもの。材料、盛りつける器、ドレッシングはよく冷やしておきます。

ドレッシングは、サラダを食べる直前にかける

ドレッシングをかけて長時間おくと、野菜から水分が出て、べちゃついたサラダになり、味も落ちてしまうので注意しましょう。

引用データ

- 図-7
キューピー(株)
『技術報告書』
図-8
今井忠平
『食品工業』17(10)79-91
(1974)
図-9
大島寿美子 鈴木愼次郎 今井忠平
『栄養学雑誌』30(5)15-17
(1972)
図-10
東儀宣哲 上嶋稔子 野中共平
『新薬と臨床』第48巻第3号
第46巻第10号
図-11
Takeda, S et al. J Nutr Sci Vitaminol.
55:479-485, 2009
図-12・13
野田治郎
『ジャパンフードサイエンス』
13(9)71-78(1974)

参考文献

- 『暮らしとマヨネーズ』
編集：広島県立消費生活センター
『サラダ事典』
アーノルド・シヤークリフ著
辻調理師学校訳
『サラダ全集』
辻勲著

全国マヨネーズ・ドレッシング類協会 会員名簿 (50音順) (令和4年4月1日現在)

- 味の素(株)
〒104-8315 東京都中央区京橋1-15-1
TEL 03-5250-8111
エスエスケイフーズ(株)
〒420-0859 静岡県静岡市葵区栄町3-9
TEL 054-221-9351
オリエンタル酵母工業(株)
〒174-8505 東京都板橋区小豆沢3-6-10
TEL 03-3968-1116
キューピー(株)
〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1-4-13
TEL 03-3486-3331
ケンコーマヨネーズ(株)
〒168-0072 東京都杉並区高井戸東3-8-13
TEL 03-5962-7777
日清オイリオグループ(株)
〒104-8285 東京都中央区新川1-23-1
TEL 03-3206-5120
(株)ピエトロ
〒810-0001 福岡県福岡市中央区天神3-4-5
TEL 092-716-0300
丸和油脂(株)
〒141-0031 東京都品川区西五反田3-9-23
TEL 03-3491-1101
(株)Mizkan
〒475-8585 愛知県半田市中村町2-6
TEL 0569-21-3331
ユウキ食品(株)
〒182-0033 東京都調布市富士見町1-2-2
TEL 042-442-0801
理研ビタミン(株)
〒160-0004 東京都新宿区四谷1-6-1
TEL 03-5362-1311

全国マヨネーズ・ドレッシング類協会

〒104-0061 東京都中央区銀座3-8-15 中央ビル7F
TEL 03-3563-3590 FAX 03-3563-3592
<https://www.mayonnaise.org/>