

こんな声がありました！

いつの間にかカビが！「低糖、減塩商品はお早めに！」



朝ごはんはトーストにしましょ。

わたしは、この甘さひかえめのジャムを使うわね。



あ！この前あけたばかりなのにカビがはえてる！

冷蔵庫で保存してたのに、なんでかねえ？



それは商品の糖分や塩分が関係しているのじゃ！

食品に含まれる砂糖や塩の量が多いほど、カビなどの微生物は繁殖しにくくなります。このため、昔から砂糖漬けや塩漬けにして食品を長持ちさせる工夫をしてきました。甘さひかえめのジャムは砂糖の使用量が少ないので、開封後は砂糖の多いジャムよりカビが繁殖しやすくなります。



POINT カビをはえにくくさせるには…

ジャムをパンにぬるときは、清潔なスプーンで取り出し、フタはあけたら、すぐにしましましょう。また、使い終わったらできるだけ早く、冷蔵庫にしまいましょう。

豆知識

ジャム以外にも注意！

夏の食事の定番といえばそうめん。そうめんにつけて食べるめんつゆには、水で薄めなくてもそのまま使える、便利なストレートタイプの商品があります。

ストレートタイプのめんつゆは、塩分が少ないため、微生物やカビが繁殖しやすく、開封したあとに冷蔵庫で保存しても、2日後にはカビが発生した事例もあります。開封したらなるべく1回で使い切ってください。



甘さひかえめ、塩分ひかえめの食品は、早めに使い切るのがだいじなのね。

