

こんな声がありました!

納豆に粘りがなく、においが強く感じられます。

# 「納豆は温度が上がると発酵が進む!?!」



co-op



あれ、この納豆、かき混ぜても、全然粘りが出ないわ。何かにおいも強いし…。

本当だ。味も少し違うなあ。(もぐもぐ)



あっ、もう食べちゃったの？食べてもいいものか、わからないのに…。

これ、いつも買っている納豆だよ。どうしちゃったのかなあ？



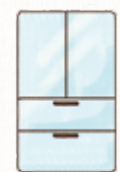
## 納豆菌による発酵が進みすぎたのじゃろうな。

納豆は大豆を納豆菌で発酵させて作っていますが、納豆菌は発酵後も生きているため、工場では冷蔵温度帯(0℃~10℃)で保管することで休眠状態にしています。しかし、温度が上昇すると、納豆菌が再び活発に働き出し(二次発酵)、発酵が進みすぎることがあります。そのような場合、糸引きや粘りが弱くなり、色が濃くなったり、アンモニアのようなにおいが感じられたり、シャリシャリした食感になることがあります。発酵が進んだ納豆を食べても健康に影響はありませんが、食味は低下します。



### POINT 二次発酵を抑えるためには

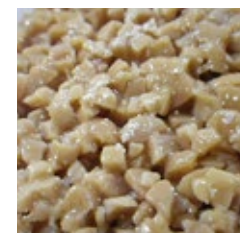
納豆の温度を上昇させないことがポイントです。購入後はなるべく早く冷蔵庫に入れてください。お店をご利用の場合には、温度の上昇を抑えるため、保冷バッグなどの使用がおすすめです。



### 豆知識

#### 発酵しすぎた納豆がシャリシャリするのはなぜ?

納豆の発酵が進むと、大豆が分解されて、アミノ酸の一種の「チロシン」の結晶が出るためです。チロシンはたけのこにも多く含まれていて、白い結晶が見られることがあります。



▲ 納豆の例



▲ たけのこの例

なるべく早く冷蔵庫に入れるよう気をつけなくちゃ!

