



タマゴのおいしさ・峯木ラボ

(第14回)

梅雨の季節になり、紫陽花が真っ盛りです。動画配信も7本になりました。今月は既に動画で紹介した冷凍タマゴ(5月24日配信、[ぎゅっと! タマゴ~冷凍卵~ - YouTube](#)) についてお届けします。

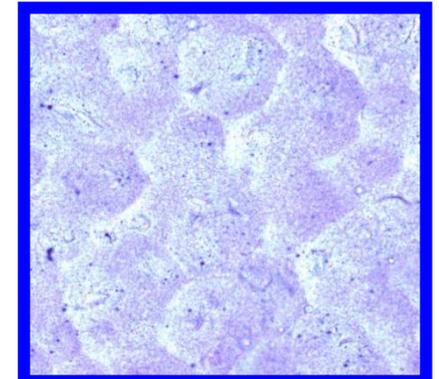
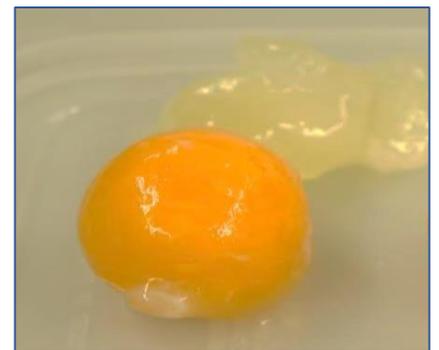
数年前のタマゴ科学研究会主催タマゴシンポジウム後の交流会で、タマゴかけご飯はどの方法がおいしいかという話が出ました。多くのタマゴ関係者のいる会場ですので、卵黄・卵白・醤油の順番や卵白をメレンゲにするのがおいしい、加える具材まで話が出ました。その中に、冷凍タマゴを使用すると甘味が濃く、食感が違うので楽しいという声を聴きました。

1) 冷凍タマゴの問題点

冷凍タマゴは、解凍後の安全性の問題があると思われます。冷凍しますと、卵殻が割れます。その後、室温や水で洗うなどで解凍するわけですが、卵殻付きタマゴより汚染される危険性が高いように思います。通常の卵殻、卵殻膜、卵白、卵黄膜で防御されているタマゴを割って使用すると、冷凍タマゴを解凍して生食で食べるのでは異なってきます。業務用の冷凍液卵は、加熱する場合が多くても、加工の段階で滅菌処理されています

タマゴを冷凍する場合には、衛生的な袋に入れて冷凍します。丁寧な方は、ラップに包んでさらに袋に入れて冷凍しています。タマゴを洗ってから冷凍するように指導しているものもあります。これは通常、タマゴは洗卵処理をして市販されていますので、その効果を考えますと不要です。

解凍しますと、卵白は元の状態に戻りますが、卵黄は冷凍によるたんぱく質が変性して、元の状態には戻りません(右図)。解凍後卵黄は、ゆで卵のような丸いままで、硬くもっちりしています。しかも冷凍により、卵黄膜が破損しているのが肉眼でわかります。なお、卵黄の形と主な構成成分の卵黄球の形状は関連しています。右下図のように、冷凍タマゴの内部の卵黄球もしっかり多面形を保ち、縦横比は、タマゴと同じ縦1:横 1.05~1.10 でした。懐石料理の店で、この丸い形を利用した冷凍タマゴの味噌漬けが出たことがあります。通常の方法で作った卵黄のみそ漬けは、平べったい形ですが、この方法ですと、タマゴは丸くなり、葉物(今なら紫陽花の葉など)を添えて果物見立てにできます。



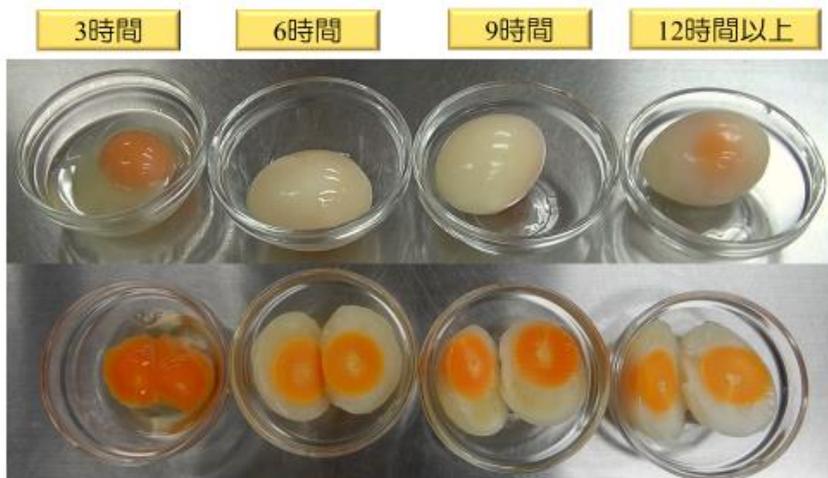
これらから、冷凍タマゴは再冷凍しないこと、解凍したらその日のうちに使用すること、を注意事項にしています。卵白は解凍しても温度が低い場合には、安定力のあるメレンゲができます。

(冷凍時間)

2)冷凍・解凍に必要な時間

冷凍に必要な時間は、家庭での冷凍庫で実験しますと、最低 6 時間でした。その時間で卵黄は -15℃になります。

冷凍タマゴは、水に 5 分も浸けて解凍します。あるいは室温放置なら 30 分は必要です。



3)冷凍タマゴを利用した料理

冷凍タマゴを利用したおすすめ料理を紹介します。これは動画が分かりやすいです。

① 目玉焼き

冷凍タマゴの中央が凍ったままの状態でもギザギザナイフを用いて 2 つに切ります。結構力がいりますし、手を切らないように注意してください。これをそのまま、油を入れたフライパンで加熱しますと、タマゴ 1 個より目玉焼きが 2 個できます。お弁当に入りやすく便利です。

②揚げ卵(料理名なので漢字を用いています)

生タマゴをそのまま油で揚げるのは油が跳ねそうで怖いので、油に入れて 1 分ほどして、卵白が加熱されたら、箸を用いて卵黄が破損しないように素早く絡めます。加熱時間は、170℃で 1 分半から 2 分です。

冷凍タマゴの場合は、170℃で 5, 6 分かかりますが、そのまま入れておいて大丈夫です。また、卵黄が冷凍されているので、出来上がったときにドロリの状態が出来上がります。生卵ではないのですが、茹で卵を冷凍してスコッチエッグを作るのも調理が楽になり、おすすめです。



冷凍タマゴを用いた揚げタマゴ

③卵黄の醤油漬

冷凍後解凍した卵黄を、3 倍程度に薄めた麺つゆや醤油につけます。30 分したら、調味料が卵黄の外側にしみ込みます。ご飯の上において、一緒に召し上がってください。

発信元 タマゴのおいしさ研究所 峯木真知子

〒173-8602 東京都板橋区加賀 1-18-1 東京家政大学板橋キャンパス、

電話番号:03-3961-7046 E-mail:tamago-labo@tokyo-kasei.ac.jp