

保存食づくり

しらべたいことがわかるようなタイトルをつけよう。

きっかけ

どうしてしらべようと思ったのか、きっかけになったことを書こう。



防災訓練で配られたアルファ化米をハイキングに持って行った。軽くてかさばらないし、水を入れるだけでかんたんにご飯ができた。アルファ化米はご飯を乾燥させたものらしいから、天日やレンジで乾燥させて同じようなものが作れないだろうかと思った。

実験のやり方

つけたものや、しらべるやり方を書こう。絵やしんもつかうとわかりやすいぞ。

たいたご飯を1せんずつ取り分ける。一つはざるにうすく広げて、連続して天気の良い日に、風通しのよいところで5日ほど干す（時々ご飯を混ぜ返す。ごみなどが入らないよう、干し網の中に入れる）。もう一つは、耐熱皿にうすく広げて電子レンジで数回に分けて乾燥させる。



予想

しらべる前に、結果を予想して書く。予想した理由も書こう。



どちらもご飯から水分が抜けて、アルファ化米のようなものが作れると思う。

年 組 なま え ()

結果

じっけんのけっかだけを書く。表やグラフ、しんをつかうとわかりやすいぞ。

どちらも見た目にはアルファ化米のようなものができたが、天日干しで作ったほうは、水を入れても十分にもどらず、ご飯の甘みも感じられず、食べづらかった。レンジで作ったほうは、市販のアルファ化米と同じように水でもどり、おいしく食べることができた。

	天日干しで乾燥させたご飯	電子レンジで乾燥させたご飯
見た目	 透明感があってパラパラしている。	 少しこげたけど透明感があってパラパラしている。
水を入れて1時間後	やわらかくなったのは表面だけで、芯は固くて食べづらかった。	いつも食べているご飯のようにやわらかくなって食べやすかった。
味	ご飯の甘みがなく、味がしなくて食べづらかった。	ご飯の甘みが感じられておいしかった。

わかったこと

結果からわかったこと、かんがえたことを書く。予想とちがったときは、どうしてそうなったのかかんがえてみよう。

たいたご飯を電子レンジで加熱して乾燥させると、見た目も、水でもどしたときのもどり方も、味も、市販のアルファ化米と同じようなものが作れることがわかった。天日干しで乾燥させたものは見た目はアルファ化米に似ているけれど、味やもどり方はアルファ化米におとるようだ。

まとめ

結果とわかったことをまとめて、つぎにしらべてみたいことを書こう。

乾燥したご飯は暑い夏に持ち歩くにもとても便利だ。今回、天日干しで作ったものは、日本で昔から保存食・旅の携行食として用いられてきた「乾飯」とよばれるものだそうだ。昔の人が食べていたものを食べるのはおもしろい体験だったけれど、電子レンジで作れば短時間でできて雑菌もつきにくいというメリットもある。アルファ化米は乾飯が進化したものと言えそうだ。