

そうめんのおいしい食べ方

北区立豊川小学校
第5学年

目的 夏になると、よく家でそうめんを食べるが、そうめんがかための時とちょうどいい時とやわらかめの時がある。茹でた時間によって味や食感に違いが出てくるのか、疑問に思い、次の2つのことを調べることにした。

- ① ふくろに記載の茹で時間が本当に一番おいしいのか。
- ② 茹でる時間によって、太さや長さは変わるのか。
- ③ 長く茹で続けることによって、どのようなようになるのか。

実験方法 そうめんは、茹で時間2分の物を使用。
 1元々の長さは23.5cm。1ふっとう後、弱火で実験。
 1回につき、茹でるそうめんの本数は2本とする。
 1めんを全部お湯に入れた後はそうめんには触らない。
 1お湯の量は、1回につき300ml。



予測 ① ふくろ通りが1番おいしいと思う。
 ② 太さはあまり変わらないけれど、長さは5cmほど長くなる。

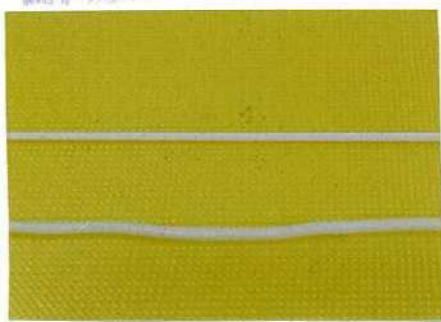
実験結果 ③ 長く茹で続けると、お湯にとけて無くなると思う。

時間	長さ(cm)	見た目	感じよく	家族の感想			
				自分	弟	父	母
30秒	24.0	あまり茹でていないものと変わらない。	手につく。	まだ"かたい。	めんがまだ"ねとねと"している。	ねちねちや、ぐにゅと"していた。"しょぼい。	めんが"つるつる"入らない。
1分	25.5	先程よりすしただけ太くなった。	ねとねとしてる。	さっきより"やわらか"な"たが"また"かたい。	めんが"ねちねち"よ。	さっきより"歯が通る。"こぼさ"が"なくなった。	しんが"残っている"感じがある。
1分30秒	27.0	ふっとうのそうめんと"そ"お"変わらない。	やわらか"な"た。	ねちねち"感"が"なくなった。	さっきより"ねちねち"が"なくなった。	しんを"感じ"なく"な"った。	たいふ"やわらか"な"た。
2分	28.5	元々より"け"こ"う"太"くなっている。	ねとね"感"が"入"った。	口にくっ"つか"ない。"ち"ょうと"い"ち"や"わ"らか"さ。	おいしい。	くさ"さ"が"なくな"った。	し"ょ"ぼ"さ"が"なくな"った。"お"い"い"い。
2分30秒	29.0	元々のめんより"2"倍"ぐ"らい"な"った。	少しだけ"手"に"く"っ"つく。	いっ"も"食"べ"て"い"る。"そ"め"ん"と"同"じ"感"じ"が"お"お。	ねちねち"よ"が"なくな"って、"や"わ"ら"か"く"な"って"き"た。	ち"よ"と"や"わ"ら"か"さ"ぎ"る。	2分と"変"わ"ら"ず"お"い"い"い。"た"け"ど、"今"の"方"が"好"き。
3分	29.5	もち"上"げると"ふ"に"か"ふ"に"や。	たいふ"つ"る"つ"る"に"な"った。	やわらか"い"方"が"好"き。	ち"よ"と"や"わ"ら"か"め"が"好"き。	口"味"が"少"な"く"な"った。	の"び"た"感"じ"が"し"た。
4分	30.5	白から"暗"めの"白"ほ"い"色"に"な"った。	少し"も"ち"上"げ"が"ず"ら"く"な"って"き"た。	やわらか"さ"ぎ"る。	あ"ま"り"お"い"い"く"な"い。	口"味"が"し"な"く"な"って"き"て、"水"が"ま"ろ"い。	口"に"入"れると、く"ち"やく"を"す"る。"水"分"が"多"い。
5分	32.0	元々のめんより"2.5"倍"ぐ"らい"太"くな"った。	もち"上"げ"が"ず"ら"い。	口"味"が"な"く"な"って"き"た。"あ"ま"り"お"い"い"く"な"い。	やわらか"さ"ぎ"る。	ま"ず"い。	水"が"ま"ろ"い、何"の"味"も"し"な"い。"の"び"て"い"る"感"じ。

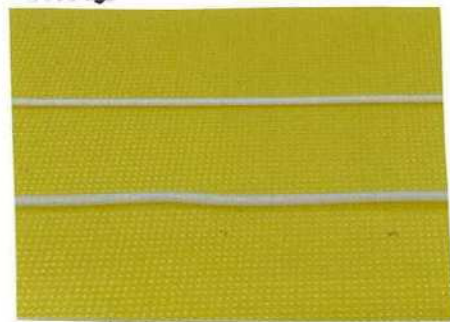
① 人によって違ったが、ふくろに記載の茹で時間からプラス1分までがおいしいと感じる時間だった。

② 茹でる前と2分茹でた後の太さと長さを比較すると、太さは1.5mmから3.0mm(約2.0倍)に増え、長さは23.5cmから28.5cm(約1.2倍)になり太さも長さも増えることが分かった。

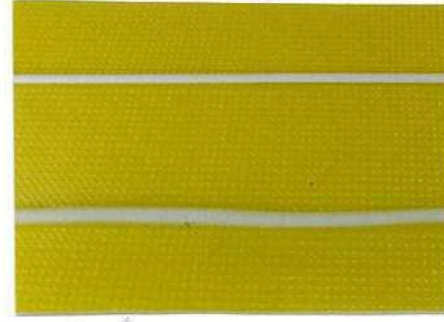
30秒



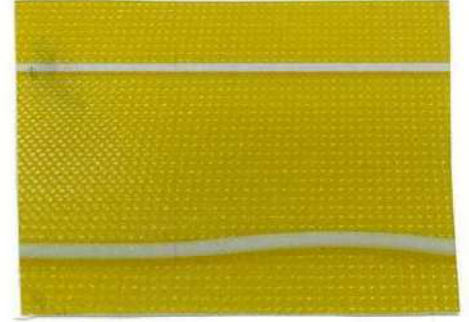
1分



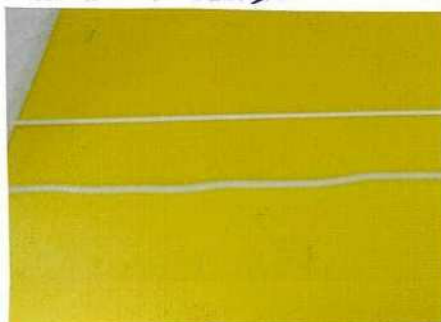
1分30秒



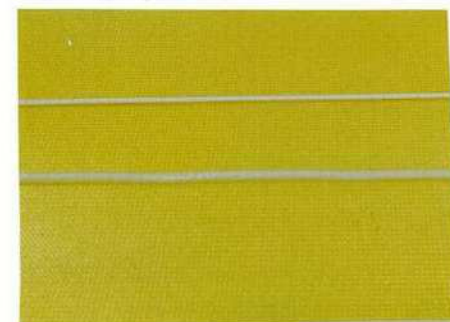
2分



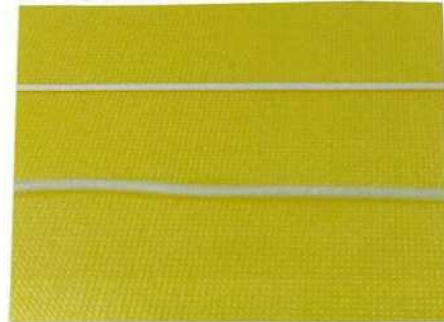
2分30秒



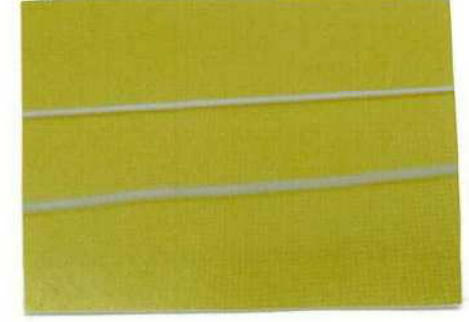
3分



4分

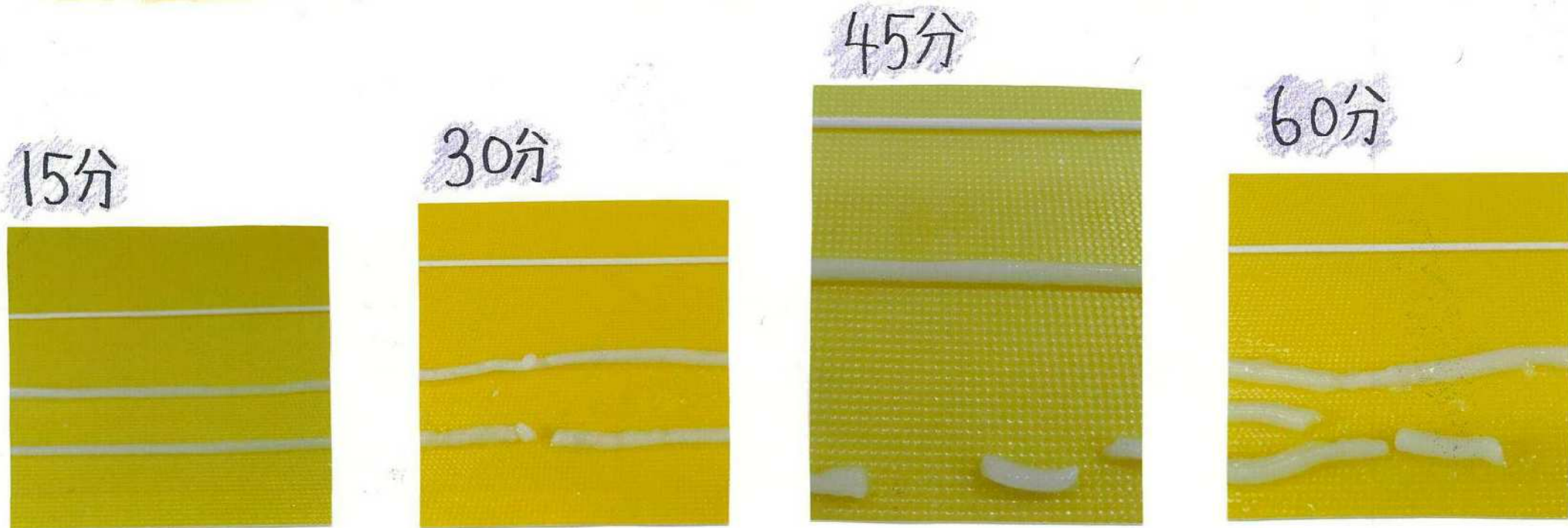


5分



時間	長さ(cm)	見た目	感しよく	家族の感想			
				自分	弟	父	母
15分	33.0	ラーメンのめん くらい太くなった。	とてつるつる。	やわらかすぎる。 口にいれるとすぐとける。			
30分	37.5	もち上げたら 切れた。	つるつるしていて もち上げずらい。	めんがぶにゃぶにゃした。			
45分	37.5	お皿までの間に 4つくらいに切れた。	元々は明るい白 だが暗めの白になった。	ぶにゃんぶにゃんで 口にいれるととろんととける。			
60分	40.5	めんが次々に 切れた。	つかんで"も手から にげて"ってしまう。	やわらかすぎておいしくない。			

③ 60分茹でた結果では、めんがとけて無くなることはなかったが、お湯からもち上げたらばらばらに切れてしまった。なお、茹でる前のめんと比較すると、太さは1.5mmから4.0mm(約2.6倍)、長さは23.5cmから40.5cm(約1.7倍)になった。



感想・考察・まとめ

① そうめんの1番おいしい茹で時間について
何分が1番おいしく感じるのかは人によって違った。私→3分 弟→3分 母→2分30秒 父→2分
いっものは、そうめんを2分ほど茹でてから水で洗う時間と食べるまでの時間をふくめると、3分くらいになるため、個人的に3分が1番おいしく感じたのかも知れない。

② めんの太さと長さの変化について
予測では太さはあまり変わらず長さは5cmほど長くなると思っていたが、結果は茹でる前と2分茹でた後で比較すると、太さは約2倍になり、長さは当初の予測通りとなった。めんを茹でると太さが太くなり、長さが長くなりするのはなぜかと思ひ、調べたところ、めんにでんぷんが入っており、めんを水といっしょに加熱するとでんぷんの間に水分子が入りこむため、めんが太く長くなり、やわらかくなることが分かった。また、今回の実験で茹で時間が短いとめんが塩っぽくねちゃねちゃしており、ふくろに記載の茹で時間をこえると塩っぽさとねちゃねちゃ感がなくなるということも発見の1つだった。その理由を調べたところ、そうめん100gには、塩分が約5.5g入っており、しっかりと茹でて水でもみ洗いすることで塩とねちゃねちゃ感がなくなることを初めて知った。

③ 長く茹でて続けた時のめんの変化について
予測では、めんはお湯にとけてなくなると思ったが、実験の60分では、お湯にとけてなくなるといことはなかった。だが、茹でる前のめんと60分茹でた後のめんを比較すると、太さは1.5mmから4.0mmで2.6倍、長さは23.5cmから40.5cmで約1.7倍にぼう張し、お湯からお皿に乗けようとすると、水分をふくみすぎてバラバラに切れてしまった。食べてみると、ぶにゃぶにゃんとしていて、口に入れるととろんととけてしまった。

今回の実験を通して、茹でる時間によって太さや長さ、やわらかさが変わることを知った。身近な疑問点を調べ、新たに発見をしたことも多かったため、これからも積極的に実験をしたり、疑問に思うことを調べていきたい。

