



こんにちは、ガンピーです!! カレンダーがあと一枚になりましたね。今年も残りところあとわずかです。今年目標は達成しましたか? やり残した事はありませんか?  
通信を通じてたくさん勉強させて頂きました。正直半年以上右へ左へ状態です(笑) 時間があま日に引っぱり出して来?読み返した...と見...ます。  
さて、今回は少しズバリに食品添加物のお話...

## 「本当は怖い食品添加物その④~亜硝酸ナトリウム~

①用途... 発色剤として使用主にハム、ソーセージ、明太子やいくらなどに使用されています。食材の色を保つ効果のほか、ネバツリ又ス菌をはじめとある多種類の細菌の生育を抑え、腐敗を防止する働きを持つなど様々な効果があります。

②危険と言われる理由... 毒性が強く、食肉に含まれるアミノという物質と結びついて、ニトロソアミン類という発がん性物質に変化します。摂取し続けるとがんになる可能性が高まると言われています。

③危険性を少しでも和らげるには? 完全に解消出来ず少しは避けたい。ハムは一枚づつ15枚ほど「やぶ」(やぶと湯せん)する。ソーセージやウイナーは何か汁が切れ込みを入れて1分ほど「ボイル」するとよまま食べるとよりうんと減らせると言います。

### ④ガンピーおすすめのハム、ウイナーは?

平田牧場... 素材本来の美味さを引き出し、化学調味料・保存料・着色料を使用せず造り上げた、風味豊かなウイナー・ソーセージです。加工品の製造において発色剤を使用しない「無塩セキ」を積極的に採用しています。

グリーンマックス... 発色剤・着色料・保存料・リン酸塩を使用しないこだわりの信州ハムのソーセージです。

自然の味 協同組合... ソーセージです。原材料は全国銘柄牛肉高感度コンテストの味賞部門第一位に輝いた豚肉・静岡型銘柄「浜名湖とだち」を100%使用。この新鮮な豚肉を無添加(増量剤・発色剤・接着剤など不使用)でじっくり仕上げました。



お子様、大サキウイナーお弁当にはおかせませんし、大人はビールのおつまみにも!! ハムはサラダの名脇役だ「あま」と「は...」では大違いです。そんな本ビニールは食材に危険が... ぽり、潜んでいた。なんと、亜硝酸ナトリウムは食品添加物の中での一番危険なと言われる方もいるほどです。添加物の味に慣れず、おたり上記の様な商品は物足りない感じもかも知れません。お子様も小ご、様ごいたら、チャンスかも!! 本物に融けられ、環境に好まは羨ましい、ごめ。寒、白、続きます。皆様どうぞお風邪などお気をつけてご自愛下さい。