

Cheese

タンパク質やカルシウムなど栄養豊富なチーズ。大きく分けると、カマンベールチーズなどのナチュラルチーズとベビーチーズなどのプロセスチーズがありますが、全てのプロセスチーズはナチュラルチーズから作られます。

チーズとバターのおはなし

栄養素やタンパク質、カルシウムなど毎日手軽に摂取できる豊富なチーズ。種類や作り方、保管方法などを紹介します。

Butter

バターとマーガリンはよく似ていますが、マーガリンはパーム油、大豆油、コーン油などの植物性油脂から作られ、バターは牛乳の乳脂肪分を原料とした動物性油脂から作られます。



よつ葉乳業(株) 宮田さん

ナチュラルチーズの分類

ナチュラルチーズは世界中で400~1,200種あるとされ、硬さ、熟成の有無と方法などで分類されます。



超硬質チーズ

細菌熟成

パルメザン



硬質チーズ

細菌熟成

ゴダ



チェダー



エメンタール



カビ熟成

ブルーチーズ



軟質チーズ

カビ熟成

カマンベール



非熟成 フレッシュチーズ

モッツアレラ



クリームチーズ



カッテージ



マスカルポーネ



ナチュラルチーズができるまで

殺菌

原料乳を加熱・殺菌

乳酸菌・酵素

凝乳(カード)

凝固

乳酸菌や酵素を加えると、豆腐のような白いかたまりができる

ホエイ排除

凝乳から水分(ホエイ)を抜く

加塩

圧搾

凝乳を型に詰め、圧力をかけて水分を減らす

熟成

熟成させないフレッシュなもの、菌やカビなどの力で発酵・熟成させるものがある

Cheese プロセスチーズとは

ナチュラルチーズを加熱して溶かし再加工したものがプロセスチーズです。プロセスチーズの特徴は味が均一化され、長期保存が可能な点です。ナチュラルチーズの種類のブレンドによって、クリームチーズタイプのソフトなものから硬いものまで、いろいろな風味や硬度のものが市販されています。加熱により熟成が止まるため、味や香りが保ちやすくなります。



ナチュラルチーズとプロセスチーズの見分け方は商品パッケージの裏側に記載されている「一括表示」の最初の行「種類別」に必ず書かれています。

Q1 開封後のカマンベールチーズの保存方法は？

切り口が乾燥しないようしっかりとラップをして容器に入れ冷蔵保存しましょう。賞味期限にかかわらず、できるだけ早めに食べましょう。

Q2 チーズは冷凍してもいいですか？

冷凍すると食感や風味が悪くなるのでおすすめしませんが、シュレットチーズは加熱調理するので大丈夫です。ただし、長期間の冷凍保存はおすすめできません。

Q3 使い切れなかったモッツアレラチーズは？

フレッシュチーズは保存性が低いので食べ切るのがベストです。

Q1 発酵バターは普通のバターと何が違うの？

発酵バターは乳酸菌を生クリームに添加して発酵させる、もしくはバターに直接乳酸菌を練り込んで発酵させるといった製法で作られたバターです。発酵バターはバター本来の甘い風味に、ヨーグルトのようなさわやかな酸味と芳醇な香りが特徴です。ヨーロッパでは古くから発酵バターが主流です。日本で一般的に販売されているバターは酸味のある発酵バターに対して甘性バターに分類されます。



Q2 使いかけのバターの表面が濃い黄色になったけど大丈夫？

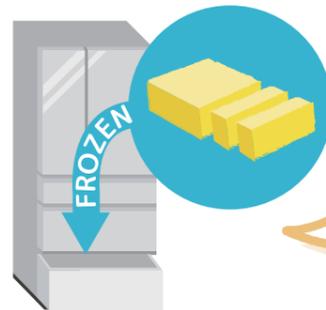
保存はバターの風味を維持するため、ラップをして密閉容器に入れるのがおすすめです。長期間保存しておくと、表面のバター中の水分が蒸発して、黄色い色素を含む乳脂肪がより強く見えることがあります。品質には影響ありませんが、開封後はなるべく早くお召し上がりください。

アルミ包装で開けるだけの保管はだめだよ!



Q3 バターは冷凍できる？

使い切りサイズに切ってラップで包んで密閉容器に入れて冷凍し、使うときに冷蔵庫で自然解凍すると便利に使えます。ただし、長期間の冷凍保存はおすすめできません。



Butter 昔ながらの製法「チャーン製法」とは？

チャーンと呼ばれる装置を使った製法で、かつてバターはこのチャーンを使用し、生クリームを激しく攪拌することで作られるのが主流でした。固まったバターをへらで集めるような手作業の工程があり、手間暇がかかるので大量生産はできません。



木製チャーン

メタルチャーン

バターができるまで

一般的な家庭で使うバターは連続式バターマシンで作られます。クリームが動いていく過程でチャーニングを起こし、バターが流れ出てくる仕組みです。

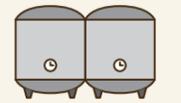


クリーム分離

生乳をクリームと脱脂乳に分ける

殺菌

クリームに熱を加え高温殺菌し冷やす



エージング

一定時間おき、クリームの中の脂肪の粒子を安定させる



チャーニング

クリームを激しく攪拌し乳脂肪を粒状に凝縮したバター粒と液体(バターミルク)に分離させる

加塩・水分調整

ワーキング

バター粒を練り合わせる

成形