

けていたことから考えて、高速オーブンを限りクッキー類のようなものなら複数の天板を同時に入れて予備加熱なしで焼くのがガス使用量の面からは有利であると思われる。

Ⅳ. 要 約

天板複数枚数同時加熱の場合の家庭用ガスオーブンの予備加熱の必要性について、パン切片のこげ具合より検討した結果

1) 高速オーブン150°Cでは18分位でほぼ最終焼き色に達し、その色が比較的淡いため、その間の焼け具合に天板枚数や予備加熱の有無による影響はほとんど認められなかった。

2) 200°Cでは最終焼き色が濃く、天板数が多いほど、また予備加熱なしの方がこげはじめるのが遅いが、2～3分遅れるだけで予備加熱ありと同じ焼き色、焼きむらになる。そして12分後には天板数、予備加熱の有無に関係なくほとんど同じ最終焼き色に達し、焼きむらもファ

ンなしのオーブンに比べると非常に小さい。

3) ガス量からみても高速オーブンでクッキーなどを焼く場合には、予備加熱せずに天板数を多くして一度に焼くのが効率がいい。

以上、今回の場合も予備加熱の影響は最終的にはほとんどみられなかったが、加熱初期には差がありそうなので、さらに高温でさらに短時間加熱するような場合についてはまだ検討の余地がある。

本研究の要はS54.7.7 調理科学研究会近畿支部第6回研究発表会（於：京都教育文化センター）にて口演発表したことを附記します。

参考文献

- 1) 大喜多祥子・山田光江：調理科学 13, 137(1980)
- 2) 大喜多祥子・山田光江：調理科学 13, 214(1980)

（昭和54年9月26日受理）

新

刊

紹

介

国立栄養研究所・国民栄養振興会編 「健康をつくる栄養教室」

（A5判270ページ 定価1,800円 第一出版）

栄養の知識を一般的に解説したものとして、かつては広く読まれた栄養宝典という本がある。この本は昭和25年出版ということであるが、今回これと同じような趣旨で、国立栄養研究所創設60周年記念ということで、国立栄養研究所の所員の方々が、それぞれの専門の項目を、平易に解説されたのがこれである。

内容は健康と食事、食品の成分、乳幼児、学童、高齢者、妊婦の栄養、病気と食事、調理と献立、栄養状

態の見分け方と栄養改善、付表からなっており、これをみても非常に広い範囲を解説されていることがわかる。しかも専門家が、出来るだけやさしく、だれが読んでも理解されるようにという努力をされたことが良くわかる。中には内容の重複するところも少しはあるが、解説者が違っているのも、それぞれの特色が出ていて、かえって興味を引かれる点でもある。

（元山）