

買い物に行くと、たくさんの加工食品を見かけます。
 でも、知らないことが意外とあるのではないのでしょうか。
 初めて料理をする方にも、いつも料理をしている方にも、
 もっと加工食品に興味を持っていただきたい。
 素朴な疑問にお答えし、知ってほしいことをお伝えし、
 食べることを楽しんでいただきたい。
 加工食品への興味や関心、知識が深まれば、
 毎日の食卓がもっとおいしく、楽しくなることでしょう。

私は食べもの博士です。
 これから、みなさんの疑問に
 お答えします！



食べもの博士

よくある疑問編

Q1 袋の表示にはどんなことが書いてあるの？ 1
 Q2 食物アレルギーってなあに？ 2
 Q3 栄養成分表示には何が書いてあるの？ 3
 Q4 発色剤などの食品添加物は何のために使っているの？ 4
 Q5 賞味期限と消費期限のちがいは？ 5
 Q6 いちど開けても、賞味期限まで日もちするの？ 6
 Q7 無塩せき（むえんせき）ってなあに？ 7
 Q8 商品を開けたら脱酸素剤が熱い！大丈夫なの？ 8
 Q9 「加熱食肉製品」や「加熱後包装」ってどういう意味？ 9

保存編

Q10 買った商品は冷蔵庫のどこに入れてもいいの？ 10
 Q11 冷凍してもいいの？ 11
 Q12 保存していた冷凍食品の袋がパンパンにふくらんでいる！ 12

捨てる編

Q13 ごみを捨てるときのルールってあるの？ 13

調理編

Q14 ハムやソーセージは、そのまま食べてもいいの？ 14
 Q15 お弁当に入れるときは、加熱したほうがいいの？ 14
 Q16 レトルト食品や缶詰は、そのまま電子レンジで温めていいの？ 15
 Q17 どうやって切るの？ 16
 Q18 オススメ簡単レシピのご紹介 17-18

加工食品のマメ知識

Q19 ハムがキラキラしているけど、大丈夫？ 19
 Q20 お肉の中が赤い！生なの？ 19
 Q21 ヨーグルトのふたを開けたら水がういている！ 20
 Q22 ヨーグルトは凍らせてもいいの？ 20
 Q23 ソーセージの皮は何でできているの？ 21
 Q24 ソーセージが汗をかいている！ 22
 Q25 お肉を使った製品にはどんなものがあるの？ 23-24