

こんな声がありました！

ヨーグルトが水っぽい「ヨーグルトの分離のお話」



co-op



あら？
このヨーグルト、
いつもより水分が
多い気がするわ。

本当だね。
形も崩れているよ。



前はこんなこと
なかったのに。
傷んでいるのかしら。

工場での作り方を
間違っちゃったのかな？



ヨーグルトの成分である
乳清(ホエイ)が出てきて
おるんじゃよ。

ヨーグルトは牛乳のたんぱく質が乳酸菌のはたらきにより固まってきたものです。発酵が進んでかたまりが収縮したり、衝撃や振動を受けたり、横倒しになったり、凍結するとヨーグルトから半透明、黄色みがかかった色の水分(乳清)が分離します。



分離していないヨーグルト



分離したヨーグルト

POINT ヨーグルトを保存するときは…

- 冷蔵庫にたてて保存しましょう。
衝撃を与えないように丁寧に取り扱い、商品に振動が伝わりやすいドアポケットには入れないようにしましょう。
- 冷気が直接当たり続けて過度に冷えてしまうところは避けてください。
- 開封したら早めに食べましょう。
日数が経過したり、かき混ぜたりすると分離しやすくなります。

豆知識

乳清には栄養がたっぷり！

乳清の中には水溶性のたんぱく質やミネラル、ビタミンなどの栄養素が含まれており、カレーやスープ、リコッタチーズなどに使われることもあります。ヨーグルトから出てきたときには捨てるのではなく一緒に食べるか、料理に活用してみてください。



成分の一部なのね！
食べなきゃ
もったいないわ！

