



# Vol. 78 卵こぼし

## 卵の賞味期限は“生食できる期限”です

期限が過ぎたものは中心部までしっかり火を通していただきます。ちなみに保管温度が10℃以下であれば、期限が過ぎたものでも夏場は2週間前後、冬場は30日前後鮮度を保つといわれます。ご家庭の冷蔵庫の開閉頻度などにより異なりますが目安としてご参考まで。

## “飼料米使用”“飼料米100%”の卵

卵の黄味の色は食べるエサが決まります。一般的にとうもろこしを食べているから黄色ですが、飼料米100%を食べた鶏の卵の黄味は白いです。飼料米卵は遺伝子組み替えの心配がなく、自給率向上にも寄与する大切な取り組みです。



## 赤卵と白卵の違い

何となく赤卵の方が高級そうなイメージがあるかもしれませんが、卵を産む鶏の品種の違いです。価格の差は赤卵を産む鶏の品種はデリケートで飼育が難しいというのが理由なのだとか。栄養的な違いはないそうです。



## 卵の大きさ

人の18才は鶏の180日。鶏は“日齢”で数えます。150日頃～460日頃（最長でも600日）まで卵を産みますが、若い鶏ほど産む卵が小さいのだそうです。

## 卵の黄味の小さな血の塊

鶏はほとんどデリケートな生き物で、ストレス（大きな物音にびっくりする等）が一時的に加わると血の塊が形成されるそうです。人体に害のあるものではないので、食べた心配はないそうです。

## 中で卵の殻をきれいにむく

卵白には炭酸ガスが溶け込んでおり、これが微生物の侵入を防いでいるそうです。（産まれたばかりの卵では卵白が炭酸ガスで白濁しているそうです）私たちが手にする産卵後2～3日の卵では炭酸ガスは放散され卵白はほぼ透明になっているようですが、卵白が白っぽいものが届いた時はより新鮮ということですね。

中で卵に居る時は産卵後1週間位経ったものが殻をむきやすくおいしいそうです。でも届きたこの卵で、中で卵をした時には水からではなく、ふっとうしたお湯から中じると殻がきれいにむけるそうです。中で時間の目安は固中まで14～15分とか。いつもきれいにむけられないという方、ぜひお試しください。

