

納豆のきらいなお父さんが大好きに!?

納豆ネバネバ大実験



研究のきっかけ

ぼくとお母さんは納豆が大好きだけど、お父さんは納豆が食べられません。理由をきいてみると、「ネバネバと匂いがどうしても無理」なんだって。

そこで思いました。もしネバネバや匂いをなくせば、お父さんも食べられるようになるんじゃないかな？

お父さんが食べることができる納豆を作ってみたくて、この研究をすることにしました。

何回混ぜる？

20回混ぜると少しネバネバして糸が出てきました。100回混ぜると糸がなくなり、豆の形がつぶれて、かたまりになりました。そのため、この研究では「20回混ぜる」ことにしました。



焼いたり洗ったりすると、どうなる？

弱火で5分くらい焼くとネバネバはなくなったが、こげた匂いが強くなって、美味しくなくなりました。

水で20回くらい洗うとネバネバがなくなり、匂いが少なくなったけれど、食べると納豆の味はのこっていました。

調味料で味変

納豆に色々な調味料を入れて20回混ぜて、ネバネバや匂い、味の変化を調べました。

調味料	ネバネバ	匂い	美味しさ
みそ	強くなった	みその匂い	○
水	なめらかになった	納豆の匂いがへった	✕
お湯	へった	納豆の匂いがへった	△
大根おろし(上)※1	なくなった	やさしい匂い	○
大根おろし(下)※2	なくなった	からい匂い	△
しらす	変化なし	しらすの匂い	○
オクラ	強くなった	変化なし	✕
キムチ	変化なし	キムチの匂い	○辛かった
マヨネーズ	強くなった	マヨネーズの匂い	○
オリゴ糖	強くなった	匂いなし	○
納豆のたれ	なめらかになった	甘い匂い	◎
牛乳	少し強くなった	匂いなし	△
しょうゆ	少し強くなった	しょうゆの匂い	○
ヨーグルト	へった	美味しい匂い	✕甘すぎる
粉チーズ	強くなった	匂いなし	○
かつおぶし	なくなった	いい匂い	○
ぬかづけ(きゅうり)	なめらかになった	きゅうりの匂い	△
レモン	へった	レモンの匂い	△
ごま油	強くなった	ごま油の匂い	○

◎とてもおいしい ○おいしい △ふつう ✕おいしくない
 ※1 大根おろし(上):大根の葉っぱの方をすりおろしたもの
 ※2 大根おろし(下):大根の根っこの方をすりおろしたもの

お父さんは食べられる？

実験の結果、ぼくがおすすめする①納豆のタレ②みそ③キムチ④大根おろし(上)をお父さんに食べてもらいました。

調味料	お父さんの感想	順位
納豆のタレ	タレの味はおいしいけど納豆はおいしくない	4
みそ	みその味はなく納豆の味がしておいしくない	3
キムチ	キムチと納豆がたたかって、キムチの味がなくて、納豆の味がする	2
大根おろし(上)	大根と豆の食感がにている、まあ食べられる	1



まとめ

お父さんは「納豆おろし(上)」ならなんとか食べることができました。それ以外はやっぱり納豆の味が気になりダメでした。調べると、納豆に含まれる「アミラーゼ」などの酵素が納豆のネバネバ成分を分解することがわかりました。今回の自由研究では、納豆のネバネバやにおいをなくすためにいろいろな方法を試してみました。特に大根おろしの上と下で味やおいしが違うことにおどろきました。納豆が苦手な人も工夫すれば少しは食べられるようになることがわかってとてもおもしろかったです。これからもっと工夫して新しい食べ方や納豆以外にも「食べ物のひみつ」をいろいろ調べてみたいです。

