「今さら聞けない」「ちょっと気になる」…
食についての基本のキを、毎月1回紹介します。

食べものナビゲーター

FOOD NAVIGATER

12月

vol.126 2021年11月15日発行

「遺伝子組み換えでない」表示がなくなる?!

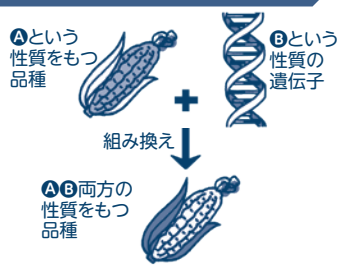
パルシステム東京のホームページでも公開

パルシステムでは遺伝子組み換え原料を使っていない食品には、「遺伝子組み換えでない」ことがわかるマークをつけています。しかし、2023年の表示制度の改正で、「遺伝子組み換えでない」などの表示は使いにくくなります。

遺伝子組み換えって?

生物から遺伝子を取り出し、他の生物などに組み込む技術を遺伝子組み換え=GM(※)と言います。例えば「病害虫に強い」「除草剤を撒いても枯れない」など、特定の機能を作物にもたせるために使われています。

※Genetically Modified(遺伝子組み換え)の略称。



日本で流通が認められている食品

日本ではGM作物の商業栽培は認められていませんが、**大豆・トウモロコシ・ナタネ・ワタ・ジャガイモ・アルファルファ・パパイヤ・てんさい**の8種類は流通が認められ、多くの加工食品に利用されています。そのほとんどを輸入に頼る日本は、世界でもトップクラスのGM消費国です。

またGM食品には、右図のように、表示の対象外になっているものが多くあります。

表示対象外の食品(例)

遺伝子組み換えの問題点

安全性

安全性評価は有害物質の有無やアレルギーの検査など、簡易的な審査だけ。

生態系への影響

GM作物の花粉が飛散し、在来種と交配するなど、生態系にも影響が。

大企業による種子の独占

GM種子と除草剤がセット販売され、農家は毎年、割高なセットを購入することに。

遺伝子組み換えにNO! パルシステムの商品開発

パルシステムは「遺伝子組み換えにNO!」を表明し、非遺伝子組み換え(以下NON-GMO)の商品づくりに取り組んでいます。

豆腐

世界の大豆総生産量は約3億6千万トン/年ですが、そのうちNON-GMOの大豆は10%以下。パルシステムの豆腐はすべて、貴重なNON-GMO大豆を使用。種子管理から契約農家の選定など、高度な運用を構築して、NON-GMOの豆腐づくりを実現しています。

～なめらか絹豆腐の製造メーカー・太子食品の歩み～

1996年、日本がGM食品の輸入を解禁した際、太子食品は日本で初めて**遺伝子組み換え大豆不使用**を宣言! パッケージにもいち早く表示し、2001年「遺伝子組み換え食品」表示の法制化にもつながりました。

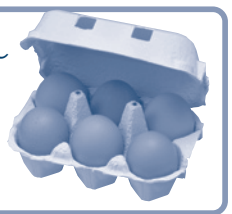
産直たまご

一見、遺伝子組み換えと無関係と思えるたまごにも、GM作物は関係しています。親鶏の飼料の約95%は、輸入のGMとうもろこしなどです。

パルシステムのたまご産地では、飼料のとうもろこしをNON-GMOに限定。より確かな飼料で親鶏を健康に育てることを優先しています。

～産直たまごの産地・伊豆鶏業の取り組み～

生産者がすべての原料を仕入れ、配合割合を決める自家配合飼料を使用。NON-GMO穀物の高騰で飼料の確保が大変ななか、努力を続けています。



「遺伝子組み換えでない」表示が使えなくなる?!

パルシステムのメーカー・産地では、NON-GMO商品を作るために努力を続けてきました。しかし、2023年から国の表示制度が変わり、GM作物の混入がゼロと確認できない限り、「遺伝子組み換えでない」と表示ができなくなります。

どんなふうに変わるの?

■2023年4月～ 新遺伝子組み換え表示制度

[現 在]

遺伝子組み換えでない
混入率が**5%以下**であれば表示可

[2023年4月～]

遺伝子組み換えでない
不検出でないと表示できない

新たな任意表示(分別管理など)
不検出ではないが混入率5%以下

これまで「遺伝子組み換えでない」と表示をしていた多くの商品で表示ができなくなる

不検出を証明するための検査方法はいまだに開示されておらず、メーカーや産地は対応に頭を悩ませています。

パルシステムの表示方針

パルシステムでは国の表示制度の変更に伴い、以下の方針で任意表示を検討しています。

①パルシステムの商品政策「遺伝子組み換えにNO!と言います」に基づいた表現

②組合員の選ぶ権利を守る

③生産者やメーカーの非遺伝子組み換えへの努力を表現できるマークであること

新しい表示は今後の「食べものナビゲーター」で詳しくお知らせします。

パルシステムは今後も「遺伝子組み換えにNO!」を貫くとともに、NON-GMOに取り組む生産者・メーカーが広がるような仕組みづくりを行っていきます。

キッチンから考える 67

Think from Kitchen

発行 2021年11月15日

年の瀬に大活躍する冷凍食品。パルシステムでは調理加工品だけでなく、お肉や魚介類などさまざまな食品を冷凍でお届けしています。保存がきいて好きな時に使える冷凍品ですが、上手な解凍でおいしさはさらにアップ。解凍テクの基本を紹介します。

これでカンペキ! 解凍テクをマスター

最近の冷凍品っておいしすぎる!! とりたて、つくりたてキープの理由は?

超低温で食品の細胞を壊さず凍結

食品の組織が壊れないよう、超低温で短時間に凍結するのが一般的です。味や栄養をそのままキープできるので、おいしさが保たれます。

上手な保存と解凍でおいしさをキープ

保存状態が悪かったり解凍に失敗すると、食品の組織が壊れてうまみや栄養成分が流れ出てしまいます。おいしく食べるには冷凍庫の温度は一定に保ち、解凍はパックに記載された方法に従うのが基本です。

一般の家庭用冷凍庫は−18℃。冷凍でも食品の劣化は徐々にすすむので、賞味期限内でも早めに食べきりましょう

解凍法のいろいろ

冷蔵室解凍
袋のまま冷蔵室に移すだけ。時間がかかるので、解凍は計画的に。

流水解凍
水をはった容器に袋のまま食品を沈め、水道の水をかけ流す。

電子レンジ解凍
表示の解凍時間にあわせて、ようすを見ながら。

参考サイト／日本冷凍食品協会ほか

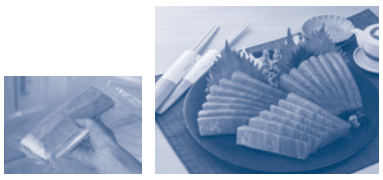
魚介類

まぐろ　サク

表面を水道水で洗ってまぐろの切りかすを洗い流し、キッチンペーパーで水分をふきとります。キッチンペーパーに包み2〜3時間冷蔵室に置き、刺身に切って冷蔵室で完全解凍します。

簡単解凍

冷蔵室に移して6〜8時間おいて切ります。サクの解凍は本来、もう少し手間がかかりますが、自宅で簡単に解凍できるように加工しています。



まぐろ　切り落とし・ネギトロなど

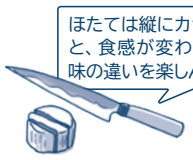
パックのまま、流水で5〜15分。解凍時間は短い時間から、ようすをみながら試して。

冷凍まぐろの賞味期限

パルシステムのまぐろの賞味期限は、家庭の冷凍庫(−18℃)で、おいしさやきれいな身の色を保てる期間を設定しています。まぐろは超低温(−50℃以下)での保管なら、長期間おいしさを保てますが、温度が上がると比較的短時間で身の色が変わったり、味が落ちたりします。そのためほかの冷凍魚より、期限が短くなっています。

ほたて

冷蔵室に移して9〜10時間。ほたては時間をかけて解凍すると、うまみが増します。急ぐときは流水解凍でも大丈夫ですが、完全解凍して。



ほたては縦にカットすると、食感が変わります。味の違いを楽しんで

具が大きいシーフードセット

冷蔵室か流水で必要な量を半解凍して、水気をふいてから加熱調理を。うまみたっぷりでプリプリ食感に。

お肉

鶏　肉

鶏肉は水分が多く劣化しやすいため、冷凍でお届けしています。冷蔵室で解凍してから調理を。解凍時間は商品ごとに変わるので、パックの表示を確認してください。

急ぐときは流水解凍も。

再凍結は×

どんな冷凍品も一度解凍したものを再凍結すると、味が落ちるのでやめましょう。また、解凍したものは、できるだけ早く調理するのが、おいしさをキープするコツです。

バラ凍結のお肉（ひき肉・小間切など）

必要な分だけ冷蔵室に移し、解凍してから調理を。凍ったまま使うと、肉独特のくさみが出る場合があります。特に『小間切』は流水や常温で解凍すると、肉汁が出て味が落ちるので避けましょう。

冷凍庫の温度を保つ

冷気を保つには食品をすきまなく詰めること。食品が少ないときは、密閉容器などに氷をつくって入れる方法も。扉の開閉が減るよう、冷凍庫内は整理しておきましょう。

冷凍野菜

カットほうれん草（バラ凍結）

凍ったまま使うと、一時的にフライパンや鍋の温度が下がることがあります。冷蔵室や電子レンジで解凍してからの調理がおすすめです。

冷凍野菜は加工や保存中の変化を防ぐため、軽くゆでたり蒸したりしています。このため調理時間は短くてすみます。

急ぐときは凍ったまま調理もOK

花蕾部が破損しないよう、水分を含ませて凍結しています。水っぽくならないよう解凍してから調理します。

自然解凍の冷凍食品

枝豆など室温で自然解凍できるものは、低い菌数で管理されているので、室温で解凍しても食中毒などは起きません、

しかし、室温解凍可の表示がないものは、必ず加熱を。室温での解凍は菌が増える恐れがあります。

調理済み冷凍食品

すべてパックの表示にしたがって、解凍します。

直火炒めチャーハン

もっともおいしく食べられる調理時間を表示しています。ただし、きちんと冷凍保管してあれば、時間が多少違っても衛生上は問題ありません。また電子レンジは、加熱ムラができることがあります。気になる場合は調理後全体を軽く混ぜ、1〜2分おくと余熱で熱が均等に伝わってよりおいしくなります。

食ナビぷらす PLUS

「種苗への遺伝子操作の表示を求める署名」へのご協力ありがとうございました。

現在、日本国内で流通している遺伝子組み換え食品には不十分ながら表示義務がありますが、遺伝子組み換え作物やゲノム編集された種子や苗に表示義務はありません。

パルシステム東京ではゲノム編集食品に「原則として反対」の姿勢から、署名活動を組合員のみなさんに呼びかけ、3,190筆の署名が寄せられました。ご協力、ありがとうございました。