

女子大生のアイスクリームに対する意識調査及びアイスを使った料理への試行（展開）

太田 信子*, 中澤 優*

A Survey on the Female University Students' Awareness of Ice Cream and an Attempt to Develop Dishes Using Ice Cream

Nobuko OTA*, Yu NAKAZAWA*

Abstract

The preference survey using a descriptive questionnaire (unidentified) was performed on 276 female students at the age from 18 to 22 years old. The questions that the students were asked were divided into three parts; 1) their behavior of the purchase of ice cream, 2) the level of interest in ice cream, and 3) the level of interest in dishes using ice cream. The results of the survey were that the 70% of the students purchase ice cream once every two weeks, and they eat ice cream once a week or more frequently. The place where ice cream is purchased most is a convenience store. A supermarket is a place where ice cream is purchased the second most. At these two places, 90% of ice cream products are purchased. As for the level of interest, 95.6% of the students like ice cream. The students like the dishes using low-calorie ice cream. They are interested in dishes with a sauce made from ice cream and appetizers that use ice cream.

Based on these results, we trial-cooked several main dishes, side dishes and soups that used ice cream, and had ten people evaluate the flavor of each dish. The main dish that was well-received is cold shabu-shabu, thinly sliced meat boiled quickly, served with sesame dipping sauce with ice cream in it. Scallop piled kiwi served with balsamic ice cream and sautéed flounder served with cod roe ice cream are also popular. What was commonly highly evaluated by the most people about these three dishes was the spread of moderate smoothness and coldness of ice cream inside the mouth. As for the popular side dishes, miso ice cream using onion slices makes a delicious and mellow taste, reducing the level of the sharp taste of onion. In other delicious side dishes, the ingredients and the creamy texture of the ice cream as a garnish well matched each other. The soup that tasted delicious was the western-style cold soup to which ice cream was added, making it more full-bodied.

Key word : Ice cream, Food, Life eating, Preference, Taste

*人間健康学部 健康栄養学科

I. 緒言

近年様々なアイスクリームが出回り、一年中いつでも食することが出来、食生活に彩りや楽しみを与えている。しかも最近、温暖化が進み毎年記録的猛暑を更新する中、アイスクリーム類及び氷菓販売金額は年々伸びている。アイスの需要増加に伴って、新しいアイスの食べ方、トッピングを自由に選べるお店や、食欲活性化するための工夫としてカレーやうどんに冷たいアイスを添えるという料理を出すお店も増えてきている。

アイスクリームは乳等省令の規格¹⁾でアイスクリーム類に分類され、さらに3種類に分類され、アイスクリーム（乳固形分15.0%以上・内乳脂肪8.0%以上、細菌数10万/g以下、大腸菌群は陰性）、アイスマルク（乳固形分10.0%以上・内乳脂肪3.0%以上、細菌数5万/g以下、大腸菌群は陰性）、ラクトアイス（乳固形分3.0%以上・内乳脂肪の規格はない、細菌数5万/g以下、大腸菌群は陰性）となっている。アイスクリームに関する意識調査は日本アイスクリーム協会が一般生活者を対象に企画調査及び定点調査を年1回行い、アイスクリーム白書として公表している。

著者らはアイスクリーム白書2010²⁾を参考に、本学の女子大生に対して、アイスクリームはどのようなものが好まれ、そして今後どのようなものを期待しているのかの嗜好調査を行った。その結果からおやつやデザートのみならず、アイスを使った料理への関心度が意外と多かったので、そこに着目してアイスを使った料理を試作することとした。この報告ではそれらを含めてアイス製品と述べることにした。

とかくアイスクリームは嗜好要素が多く、そのアイスクリームを料理にアレンジをするなど有り得ないと思われることは重々承知しているが、あえて料理に使ったことで、五感にどこまで訴えることが出来るか、嗜好などに関するアイスをデザートとしてのイメージから新しい料理へと発展させていくことを試みた。

その結果若干の知見が得られたので報告する。

II. 調査方法

1. 調査対象と調査時期

調査対象は18歳～22歳、本学の女子大生276名を対象とした。（回収率は、86.25%）

内訳1年生79名、2年生78名、3年生74名、4年生45名 計276名

調査時期は2013年6月に実施した。

2. 調査方法

調査方法は記述式質問紙（無記名）による選択式。

3. アンケート調査の内容

アンケート調査項目を、アイス製品の購入状況、アイス製品の関心度、アイス料理への関心度の3つの柱に大別した。検討材料として、アイスクリーム白書2010（市販のアイスクリームを1年以内に自分で購入して食べた10代～60代の男性300名 女性300名 合計600名）を参考に行った。但し、アイス製品の購入状況とアイス製品の関心度は、アイスクリーム白書2010との比較検討とし、アイス料理への関心度に関しては本学の女子学生のみを検討とした。

4. アイス料理の試作

甘味を6.25%に抑えたアイスを基本材料に、それぞれ料理に合わせた調味アイスを作り、主菜、副菜、汁物の3つの調理別に分け、試作し検討を行った。

III. 結果及び考察

1. アイス製品の購入状況

1) アイス製品をどのくらいの頻度で食べているか？
（図1）

週1回以上（52.6%）が一番多く、続いて月2～3回（30.7%）が多く、二週間で1回以

上（43.8%）、月に2～3回（39.7%）の順で多く、アイスクリーム白書2010と同じく二週間で1回以上アイス製品を食べる人で8割を占めた。

2) アイス製品をどのくらいの頻度で購入するか？

(図2)

月2～3回（43.8%）が一番多く、続いて週1回以上（32.2%）が多かった。アイスクリーム白書のアンケートも月に2～3回（43.7%）、週1回以上（25.2%）の順が多かった。女子大生の7割は二週間に1度は自分で購入する機会があると考えられる。食べている頻度と購入の頻度を比較すると、購入頻度のほうが少ないことがみられる。まとめ買いをしているか、親と同居をしている女子大生は家族が購入したものを食べる機会もあるのかもしれない。

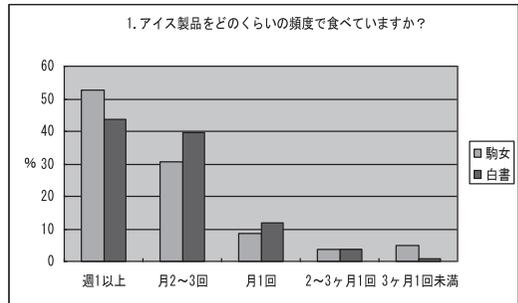
3) 1回に購入するアイス製品の金額はいくらか？

(図3)

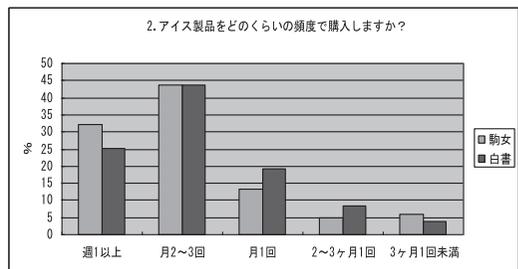
100円台（72.9%）が多く、平均136.5円となった。アイスクリーム白書2010の結果では1回購入金額は350.2円となっていて差が大きく見られた。女子大生は自分の分のみ購入することが考えられる。アイスクリーム白書2010は10～60代が対象であり、家族の分も購入し1回購入金額が高くなっていることが考えられる。

4) アイス製品は主にどこで購入するか？ (図4)

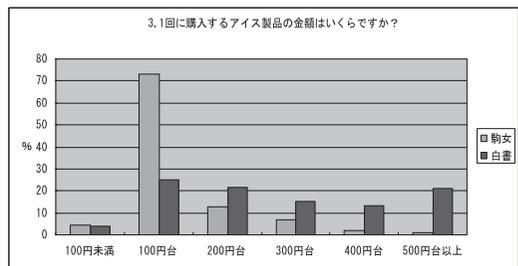
コンビニエンス（51.3%）、スーパー（42.5%）の順に多く、9割を占める。アイスクリーム白書2010ではスーパー（59.7%）、コンビニエンス（32.2%）の順に多く9割を占める。女子大生はスーパーよりコンビニエンスの方が身近なのかもしれない。まとめると、女子大生はアイスが好きで、アイスを主にコンビニかスーパーで購入し、価格は100円台のものを月に2回ほど食べている。



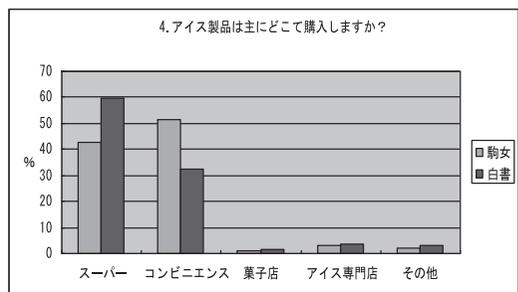
(図1)



(図2)



(図3)



(図4)

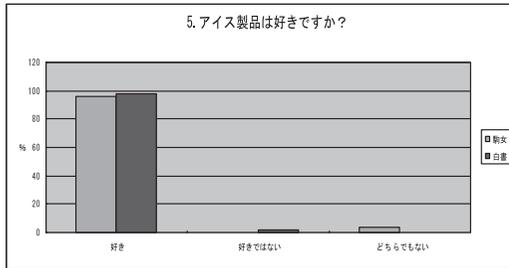
2. アイス製品の関心度

1) アイス製品は好きか? (図5)

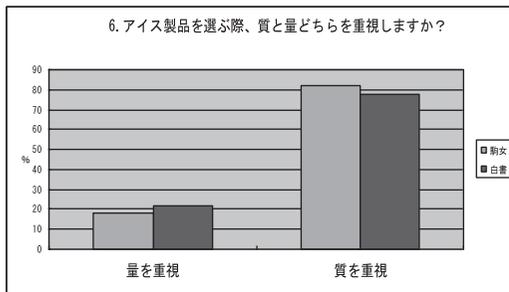
95.6%が好き、アイスクリーム白書2010は97.7%が好きという結果になった。大学生、老若男女かかわらずアイスはほとんどの人が好きだということがあった。

2) アイス製品を選ぶ際、質と量どちらを重視するか? (図6)

81.9%が質を重視、アイスクリーム白書は79.8%が質を重視という結果になった。アイスはお腹を満たすものではなく、少量でも美味しく味わいたいということだろう。



(図5)



(図6)

3. アイス料理への関心度

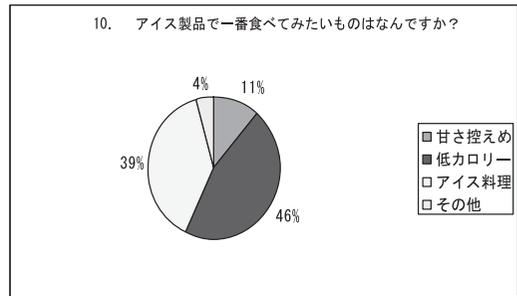
1) アイス製品で一番食べてみたいものはなにか? (図7)

低カロリー (45.4%)、アイス料理 (38.8%) が上位を占めた。アイスはカロリーが高いというイメージがあり、たくさん食べても太らないアイスを探して

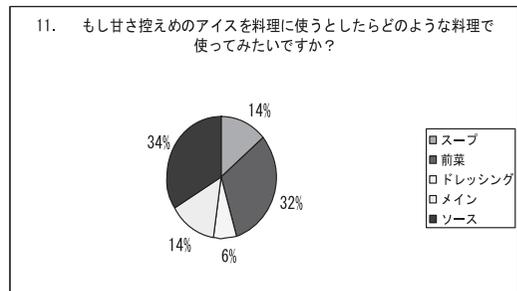
いる。アイスの料理とは、どのようなものなのか興味があるようである。

2) もし甘さ控えめのアイスを料理に使うとしたらどのような料理で使ってみたいか? (図8)

ソース (33.8%)、前菜 (31.6%) の順に多かった。



(図7)



(図8)

4. アイス料理の試作

1) 基本アイス

市販のアイスだと甘さが強く料理と合わせることが難しいため、今回は家庭用アイスマーカーを用いて甘さを控えたアイスを基本に、各々の料理に合わせたアイスにする為に、野菜の裏ごし、香辛料、各調味料、種実類のペースト等のアイスを作成。アイスクリームメーカーは貝印(株)のDL-0272を使用した。

基本アイス

- ・卵 2個 ・砂糖 20g (6.25%)
- ・生クリーム 100ml ・牛乳 100ml
- ・塩 1.6g (0.5%)

2) 試作料理

料理は調理別に、主菜9種、副菜13種、汁物2種を試作し食味評価をした。

1. 主菜

1) 鶏肉のソテーほうれん草アイスソースがけと人参アイス添え (写真①)

(材料)

- ・鶏肉 ・塩 ・胡椒 ・サラダ油
- ・オリーブオイル ・ほうれん草アイス
- ・にんじんアイス ・バニラアイス

(方法)

- (1) 鶏肉に塩・胡椒をし、ソテーする。
- (2) ほうれん草は茹でて裏ごし、アイスの材料と共に混ぜて冷やし固めソースとする。
- (3) 付け合わせに人参、バニラアイス。



写真①

(食味評価)

鶏肉はフライにした方が衣のかりかり感とアイスがマッチする。

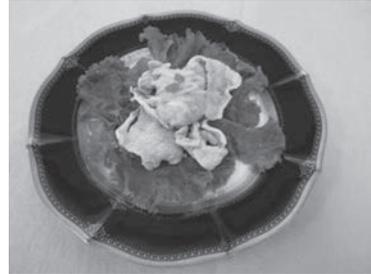
2) 冷しゃぶの胡麻ダレソース (写真②)

(材料)

- ・豚肉の薄切り ・生姜アイス
- ・ゴマダレ ・レタス ・しょうが

(方法)

- (1) 豚肉は茹でて冷やす。
- (2) ごまだれとすりおろした生姜をアイス材料に混合する。
- (3) レタスの上に豚肉を置き上に、胡麻だれアイスをのせる。



写真②

(食味評価)

ゴマのコクとしょうがの爽やかさが非常にマッチしていて美味しい。

3) 豚肉のソテーマスタードアイス (写真③)

(材料)

- ・豚ロース肉 ・マスタードアイス
- ・きのこ ・じゃがいも ・にんじん

(方法)

- (1) 豚ロースは塩、胡椒をしてソテー。
- (2) マスタードアイスを添える。
- (3) 付け合せにきのこソテーと茸のソテー、粉ふきいも、人参のグラッセを添える。



写真③

(食味評価)

豚肉は熱い状態でマスタードアイスを付けて食べる

と爽やかな味になる。

4) マッシュポテトの平目ロールわさびアイス添え (写真④)

(材料)

- ・平目の刺身
- ・マッシュポテト
- ・塩
- ・胡椒
- ・わさびアイス

(方法)

- (1) マッシュポテトに塩・胡椒で味付けし、平目の刺身を巻き付ける。
- (2) わさびアスを敷き、その上に(1)を乗せる。



写真④

(食味評価)

平目の淡泊な味と滑らかなマッシュポテトに、わさびの風味の辛さと冷たいアイスが引き立たせて爽やかな味となっている。

5) 平目のソテーと明太子アイス (写真⑤)

(材料)

- ・平目
- ・明太子
- ・水菜
- ・ミニトマト
- ・明太子アイス

(方法)

- (1) 平目は明太子を薄くぬる。
- (2) 明太子アスを添える。
- (3) 水菜を4cm長さに切って敷く。
- (4) 上に平目を置きミニトマトを飾る。



写真⑤

(食味評価)

平目と辛子明太子ソースが非常にマッチして美味しい。

6) はんぺんソテーの明太子アイス詰め (写真⑥)

(材料)

- ・はんぺん
- ・サラダ油
- ・明太子アイス
- ・レタス
- ・シメジ
- ・ミニトマト
- ・胡瓜の甘酢漬け

(方法)

- (1) はんぺんは斜め半分に切り、袋状に切れ目を入れ、サラダ油でソテーする。
- (2) はんぺんの袋に明太子アスを詰める。
- (3) レタスを敷き、はんぺんをのせて付け合わせを添える。



写真⑥

(食味評価)

はんぺんの柔らかさと明太子アスのまろかさが口中に広がって美味しい。

7) 帆立のソテーレモンアイス添え (写真⑦)

(材料)

- ・ホタテ ・レモン ・レモンアイス
- ・かぼちゃ ・ピーマン ・しめじ

(方法)

- (1) 帆立に軽く塩・胡椒をしてソテーをする。
- (2) レモンをスライスしてその上に帆立とレモンアイスをのせる。



写真⑦

(食味評価)

ホタテにレモンの爽やかさとアイスのコクが良く合う。

8) お稲荷アイス (写真⑧)

(材料)

- ・油揚げ ・砂糖 ・バニラアイス
- ・きゅうり ・トマト

(方法)

- (1) 油揚げは半分に切り、砂糖としょうゆで煮る。
- (2) その中にバニラアイスを入れる。



写真⑧

(食味評価)

シンプルなバニラアイスに甘しょっぱい味がとてもよく

合う。

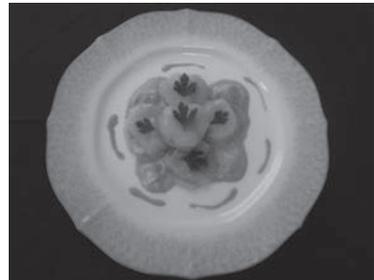
9) 帆立のキウイ重ねバルサミコアイス添え (写真⑨)

(材料)

- ・ホタテの刺身 ・キウイ
- ・バルサミコ酢 ・バニラアイス

(方法)

- (1) ほたての刺身とキウイを交互に重ねる。
- (2) バルサミコ酢アイスを添える。



写真⑨

(食味評価)

ホタテの濃厚な甘みとバルサミコ酢アイスの甘みが良く合う。

10) 3種盛り合わせ (写真⑩)

A 穴子の甘辛煮 (バニラアイス)

B 焼きはんぺん (味噌アイス)

C 南瓜の煮物 (塩アイス)

(材料)

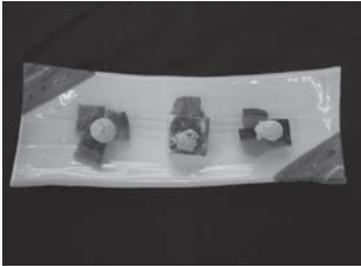
- | | | | | | |
|---|---|--------|---|---|------|
| A | { | 穴子 | C | { | かぼちゃ |
| | | 砂糖 | | | 砂糖 |
| | | しょうゆ | | | 塩アイス |
| | | バニラアイス | | | |
| B | { | はんぺん | | | |
| | | 味噌アイス | | | |

(方法)

- (1) 穴子は砂糖としょうゆで煮て、バニラアイスを添える。
- (2) はんぺんは軽く両面を焼き、味噌アイスを添

える。

- (3) かぼちゃは砂糖で少し甘く煮て、塩アイスを添える。



写真⑩

(食味評価)

冷たくして食べると美味。

2. 副菜

1) バスケット

[スクランブルエッグとトマトのアイスベッパースソース添え] (写真⑪)

(材料)

- ・バスケット ・卵 ・バター ・トマト
- ・バニラアイス ・ブラックペッパー

(方法)

- (1) スクランブルエッグを作る。
- (2) 湯むきしたトマトを1cm角に刻む。
- (3) 軽くトーストしたバスケットの上にバニラアイス、スクランブルエッグ、トマトを添える。



写真⑪

(食味評価)

卵のまろやかさとアイスのコクが良く合い、トマトの酸味が爽やかな後味。

2) 蒸かし芋のソルトアイス添え (写真⑫)

(材料)

- ・じゃがいも ・塩アイス

(方法)

- (1) じゃがいもをふかす。
- (2) 熱々のジャガイモに塩アイスを添える。



写真⑫

(食味評価)

熱々のじゃがいもに冷たいアイスを溶かしながら食べる新食感。

3) 冷やし豆腐のずんだアイス添え (写真⑬)

(材料)

- ・絹豆腐 ・枝豆 ・ずんだアイス
- ・醤油 (好みで)

(方法)

- (1) 絹豆腐の真ん中をくり抜き、ずんだアイスを入れる。
- (2) 枝豆を飾る。
- (3) 好みで醤油をかける。



写真⑬

(食味評価)

大豆と枝豆の味がマッチする。

4) オニオンスライスのゴマ味噌アイスドレッシング

(写真⑭)

(材料)

- ・オニオンスライス ・味噌アイス
- ・すりごま ・かつおぶし

(方法)

- (1) オニオンスライスは水にさらして辛味を抜く。
- (2) 味噌アイスと胡麻を混ぜ、オニオンスライスにのせ、かつお節をかける。



写真⑭

(食味評価)

味噌とゴマにより、一層まろやかさが増しライスオニオンの辛味を押さえて美味。

5) 焼き茄子の生姜醤油アイス添え (写真⑮)

(材料)

- ・茄子 ・生姜醤油アイス
- ・醤油 (好みで)

(方法)

- (1) 茄子を直火にかけ、皮をむく。
- (2) 生姜醤油アイスを添える。



写真⑮

(食味評価)

茄子の柔らかさと、アイスのとろけ方がマッチ。しょうがの爽やかさが良い。

6) パプリカの人参アイス詰め (写真⑯)

(材料)

- ・パプリカ ・人参アイス ・トマト ・バジル

(方法)

- (1) パプリカの中をくり抜き、人参アイスを入れる。
- (2) 飾りでバジルとトマトを添える。



写真⑯

(食味評価)

パプリカのフレッシュな甘みと人参の爽やかな甘みが合う。

7) 焼き竹輪の山葵アイス詰め (写真⑰)

(材料)

- ・焼き竹輪 ・山葵アイス ・レタス

(方法)

- (1) 焼き竹輪に切れ目を入れ、空洞に山葵アイスを詰める。
- (2) レタスをき、焼き竹輪を盛り付ける。



写真⑰

(食味評価)

竹輪に山葵アイスがとても爽やかでピリツとして美味しい。

8) 竹輪の胡瓜詰め味噌アイズドレッシング (写真⑱)

(材料)

・焼きちくわ ・きゅうり ・味噌アイス

(方法)

- (1) 焼きちくわの空洞部に胡瓜を詰める。
- (2) 器に味噌アイズを敷き、焼き竹輪を盛る。



写真⑱

(食味評価)

味噌アイズのソースが冷たくて、きゅうりとちくわとの相性が良い。

10) 帆立のカルパッチョ風レモンアイス添え (写真⑲)

(材料)

・ホタテの刺身 ・パプリカ ・玉葱

・レモンアイス

(方法)

- (1) スライスして茹でた玉葱とパプリカを下に敷く、その上に生のホタテを並べる。
- (2) レモンアイズを添える。



写真⑲

(食味評価)

ホタテの甘みとレモンアイズの爽やかな甘さが良く合う。

11) ニース風サラダとバルサミコアイス (写真⑳)

(材料)

・レタス ・じゃがいも ・トマト ・ピーマン

・バニラアイス ・バルサミコ酢

(方法)

- (1) ゆでたじゃがいもとピーマン、トマトを角切りにし、レタスの上に並べる。
- (2) バニラアイズを沿え、その上にバルサミコ酢をかける。



写真⑳

(食味評価)

バルサミコ酢とバニラアイズのコクがとてもマッチする。

12) 卵と胡瓜胡麻アイズドレッシング (写真㉑)

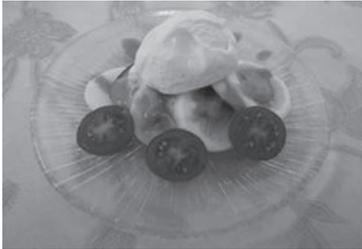
(材料)

・卵 ・きゅうり ・トマト

・バニラアイス ・胡麻ドレッシング

(方法)

- (1) 器にレタスを敷き、茹で卵の輪切りとスライスした胡瓜を交互に並べ、輪切りのミニトマトを添える。
- (2) その上にバニラアイスを載せ、ゴマドレッシングをかける。



写真⑳

(食味評価)

バニラアイスの甘みとゴマドレッシングの塩気が卵との相性がよい。

13) ミニトマトの人参アイスのせ (写真㉒)

(材料)

・ミニトマト ・人参アイス ・レタス

(方法)

- (1) ミニトマトの中をくり抜き、その中に人参アイスを入れる。
- (2) レタスを敷き、ミニトマトを盛る。



写真㉒

(食味評価)

一口サイズで食べやすく、中からアイスの冷たさが伝わり美味。

3. 汁物

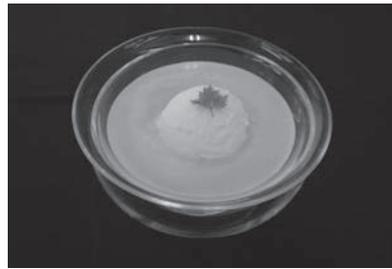
1) 枝豆の冷製スープと濃厚バニラアイス添え (写真㉓)

(材料)

・枝豆 ・牛乳 ・塩 ・バニラアイス

(方法)

- (1) 茹でた枝豆の甘皮を取り、ミキサーにかけ、塩を加えて牛乳でのばす。
- (2) 滑らかになったら器に盛り、バニラアイスを浮かせる。



写真㉓

(食味評価)

シンプルな材料だからこそ枝豆の風味とバニラアイスのコクがマッチする。

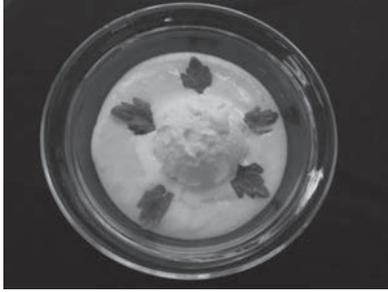
2) ビシソワーズのバニラアイス添え (写真㉔)

(材料)

・じゃがいも ・玉葱 ・バター ・スープ
・塩 ・胡椒 ・牛乳 ・バニラアイス

(方法)

- (1) 玉葱はスライスし、じゃがいもは薄切りにしてバターで炒める。
- (2) ミキサーにかけ塩、胡椒で味を整え、牛乳を加え冷やす。
- (3) 器に盛り、アイスを浮かす。



写真④

(食味評価)

じゃがいもの滑らかさとバニラアイスのコクがマッチする。

IV. まとめ

本学の女子大生は95.6%がアイス製品好きという結果であった。アイスクリーム白書2010でも97.7%が好きという結果であり、大学生、老若男女かかわらず週1回以上(52.6%)の頻度で食べている。質を重視しているのが81.9%。アイスクリーム白書2010でも79.8%が質を重視という結果であった。

若者はアイスクリームに関して、どのようなものをお好み、そして今後どのようなものを期待しているのかをみると、おやつやデザートはもとより、アイスを使った料理への関心度が多かった。そこで、著書らはアイスを使った料理を試作することにした。

とかくアイスクリームは嗜好要素が多く、そのアイスクリームを料理にアレンジをするなど有り得ないと思われるが、あえて料理に使ったことで、五感にどこまで訴えることが出来るか、嗜好などに関するアイスデザートとしてのイメージから新しい料理へと発展させていくことを試みた。今回は、主菜9種、副菜13種、汁物2種を調理別に分け試作し食味評価をした。その中で特に好評だったものは、主菜では冷しゃぶ胡麻ダレソース、帆立のキウイ重ねバルサミコアイス添え、平目のソテーと明太子アイスであった。これらの共通する点は主材料とアイスのコクがマッ

チするという点、風味の強いもの(ゴマ、バルサミコ酢、明太子)がシンプルな基本アイスと良く合うということである。アイスの滑らかさと、程良い冷たさが口中全体に広がり若い人から高齢者まで幅広く好むのではないかと評価した。副菜ではオニオンソースの胡麻味噌アイスは辛味が抑えられてまろやかな味になり美味しく、その他も食品そのものの味と、アイスのクリーミーな食感とマッチしていた。汁物では洋風の冷製スープはアイスを加えることにより、こくがあってとても美味しく感じた。

今回アイスをデザートからのイメージから料理へと試みて感じたことは、冷たい食感と味にまろやかさやコクが出て美味しく味わうことが出来、いろいろな食材、調理法にチャレンジして新しい料理へ発展させるきっかけ作りの入口が出来たと思っている。今後は夏バテ時や食欲が落ちている高齢者などを対象に、アイス料理にする展開が考えられるのではないと思う。

今回は今回少なかった汁物、期待度の高かったソース類、さらに食材の風味や味を生かしてアイスがどの程度まで料理に使えるか、料理を遊び過ぎずに美味しい料理を目指したいと考えている。

参考文献

- 1) 乳及び乳製品の成分規格等に関する令(昭和26年12月27日厚生省令第52号)最終校正:平成25年3月12日厚生省令第28号)
- 2) 社団法人日本アイスクリーム協会:アイスクリーム白書2010
<http://www.iccream.or.jp/> <http://www.iccream.or.jp/>
- 3) 荒井威吉・玉木民子・海津夕希子:数種類の風味の異なるアイスクリームに対する消費者の嗜好傾向について、新潟青陵大学短期大学部研究報告、41、23-31.2011