

2 調理技術

大量調理をおいしく作るための基本は、少量調理と変わりません。しかし、大量調理では施設の規模（食数等）によって、施設・設備の状況、機械化の程度、調理担当者の人数等が異なります。すなわち1回の処理量、調理工程、加熱速度等の違いから、調理過程に生じる物理的・調理科学的現象も異なってきます。

いつでも一定の品質のものを、安全でおいしく調理するためには、各々の調理場の施設・設備、調理機器の性能、調理員の人数・時間等を効率よく使って、調理工程を「標準化」（調理の手順、調理操作、温度、時間等を決めること）することが必要です。

標準化を前提に、衛生的に安全でおいしく、一定の品質に仕上げるための大量調理の方法について述べます。

1 調味操作の標準化と低塩調理

大量調理において、いつでも一定の味（調味）に仕上げるためには調味を数量化し、あわせて調理操作および調味操作の標準化が必要です。これは低塩調理においても同じです。

1) 調味操作の標準化と調味の数量化

調味操作の標準化とは、調味の方法および時間、調味のタイミング、1回の処理量等を決めることです。同じ分量で調味をしてもこれらの条件が異なると、食品への調味料の浸透や拡散に差が出て同じ味には仕上がりにません。

調味の数量化とは、調味するものに対する調味の割合（調味%）を示すことですが、何に対する割合なのかは、調理法や料理の種類によって違ってきます（表2）。また調味の割合を適切に使うためには、

◆ 表2 ◆ 調理法別調味の割合（調味パーセント）の使い方例

汁物	実の少ない汁……だし汁に対する割合 実の多い汁……だし汁、または出来上がり容量に対する割合
煮物	煮上がったとき、煮汁を残さないもの……全食品材料に対する割合 すき焼き風煮等の煮汁が残るもの、中華風の炒め煮等……食品材料とスープ（だし汁）に対する割合 おでん……だし汁に対する割合
和え物	調味前の食品材料に対する割合 下味……加熱前または加熱後の重量 和え衣……下調理後の重量
サラダ	生、または下調理後の重量に対する割合
ソース類	ホワイトソース、カレーソース等……出来上がり重量に対する割合
味付け飯	具と飯、または具と米に対する割合
焼き物 揚げ物	生の重量に対する割合で行うが、調理による重量減少を考慮する。たとえば、塩味を1%にしたいとき、加熱後の重量が80%になるものは、生の重量の0.8%にする。

（改訂新版 大量調理 p.3）

調味の割合を味（感覚）として記憶する、つまり味を数値で覚えることが必要です。これは正確に調味された料理を繰り返し味わうことによって体得することができます。

2) 低塩調理

調味の目的は、食品の持ち味を生かし、おいしくすることです。「うまいまずいは塩加減」という言葉があるように、調味の基本は塩加減といっても過言ではありません。おいしいと感じるちょうどよい塩味は、個人差や、年齢により異なり、小・中学生が最も薄い味を好み、年齢が高くなるほど濃い味を好むという報告¹⁾があります。喫食対象者を考慮して出来るだけ薄味で提供したいものです。

焼き物、揚げ物の調味%例を表3、4に示しました。焼き物・揚げ物は加熱条件により重量変化が異なる（加熱前の重量の10～30%）ことを考慮して決めます。出来上がり重量（推定）の0.8～1.0%を