

Q18

変色したお肉は食べても大丈夫？

A

通常、お肉が変色するのは、
酸素に触れて酸化するためで、
少々の変色なら問題ありません。

小売店などで見かける肉の明るい赤色は、肉に含まれる「ミオグロビン」が空気中の酸素と結合して「オキシミオグロビン」に変化したためです。肉が重なった部分は酸素に触れにくいので、本来の赤黒い色になっています。

さらに長く放置すると、2価の鉄イオンが3価に酸化され、「メトミオグロビン」が形成されて褐色に変化します。肉が変色したといわれるのは、通常この状態のことだとされています。

ただし、過度に変色したものは鮮度が悪いこととなりますので注意が必要です。

