

ハム・ソーセージ・ベーコンは加熱しないでも食べられる？

A

「加熱して食べてください」などの
記載がない限り、加熱する必要はありません。

ハム・ソーセージ・ベーコンなどの「食肉製品」は、加熱殺菌・乾燥・熟成などの製造過程によってそのまま食べることができるようになっているので、基本的には加熱する必要がありません。

ただし、「生ソーセージ」などの名前で販売されている製品は、調味したひき肉をケーシング（ハムやソーセージを包む薄い膜状の袋）に充填しただけなので、生ハンバーグなどと同様に「食肉」に分類されています。そのため、必ず加熱して食べましょう。

保存性を向上させる「食品添加物」を使用

ハム・ソーセージ・ベーコンには主に、食品の風味や外観を良くし、嗜好性を向上させる「発色剤」、食品の保存性を向上させる「保存料」「酸化防止剤」が使われています。「食品添加物」は国が「人の健康を損なうおそれがないもの」として許可したものだけが使用できることになっており、成分規格や使用基準は「食品衛生法」に基づいて定められています。

発色剤

一般的には「亜硝酸ナトリウム」が使われることが多く、発色、熟成風味を与えたり、細菌の繁殖を抑えます。

保存料

一般的には「ソルビン酸」が使われることが多く、細菌類やカビ、酵母の増殖を抑え、食品の腐敗を防ぐ働きがあります。

「食肉製品」の分類

1 加熱食肉製品

ロースハム、ウインナーソーセージなど

2 特定加熱食肉製品

ローストビーフなど

3 非加熱食肉製品

生ハムなど

4 乾燥食肉製品

サラミソーセージなど

保存性が向上！

発色剤

保存料

酸化防止剤

酸化防止剤

一般的には「ビタミンC」が使われることが多く、製品の酸化を防ぐことで変色や風味の劣化を食い止め、食品の安全性の向上、発色剤の効果を促進させる働きがあります。