

野菜の水分量

山直北小学校 6年 渡邊 結月

1. き、かけ

家で料理をしている時、母から「野菜から水出るから、水は少なめに入れるんやて」と言われたその時に「どのくらいの水が含まれているのかな?」と疑問に思った。そこで、野菜に含まれている水の量を調べてみることにした。

2. 方法

①調べる野菜を決める。

②野菜の水分量を予想する。

③重さが同じになるように野菜を切る。

④ネットに野菜を入れてペランダにぼす。

⑤毎日、野菜の重さをはかって、記録する。

(軽くなった分が、蒸発した水の量となる。)

3. 結果

野菜を8日間ぼして、重さを調べた結果

	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	割合
キャベツ	50g	35g	14g	12g	9g	6g	5g	4g	92%
大根	50g	45g	29g	17g	9g	5g	4g	2g	96%
じゃがいも	50g	49g	43g	42g	39g	37g	35g	33g	54%
エリンギ	50g	39g	14g	8g	6g	5g	5g	4g	92%
玉ねぎ	50g	46g	30g	28g	25g	24g	23g	21g	58%
きゅうり	50g	46g	30g	27g	21g	16g	13g	10g	80%

※ 原稿用紙は、カラー印刷してください。(薄い色なので、印刷の際、消えます。)

※ 原稿は、『ペン』または『B以上の鉛筆』で濃く書いてください。

4. 考察

ジャガイモが三番目ぐらいに、水分量が多いと思ったが、ジャガイモは、一番水分量が少なかったのて驚いた。ジャガイモは水分が少ないから、包丁で切るときに、他の野菜よりも「かたい」大根やキャベツなど水分が多い野菜の方が、「サクサク」切れるので、野菜の水分量と切りやすさは関係あるのかもしれないと思った。

野菜の重さを測る時に、エリンギやジャガイモの形や色・大きさ・かたさに変わっていることに気づいた。水分がなくなってくると、小さくなって折れたり細くなったりした。どの野菜でも水分が抜けると固くなった。野菜のほとんどが水分なので、水分が形や色・大きさに関係していることが分かった。しかし、きゅうり・ジャガイモ・たまねぎは、まだ完全に水分が抜け切ったとは言えない。もしかしたら、切り方や日光の当たり方で水分の抜け方が変わるのかもしれない。

5. まとめ

今回は、6種類だけだったが、も、とたくさんの種類の野菜を調べてみたいと思った。さつまいもや長いもなどの「いも類」は、すべて水分量が少ないのかも気になる。野菜を育てるのに、もたくさんの水を使う。育て方によって、含まれる水分量も調べてみたい。そして肉や魚などの野菜以外の水分量も調べてみたいと思った。

※ 原稿用紙は、カラー印刷してください。(薄い色なので、印刷の際、消えます。)

※ 原稿は、『ペン』または『B以上の鉛筆』で濃く書いてください。