

目次

甘味の化学

はじめに	3
味と物質	3
味のもつ意味	5
味細胞のはたらき	6
味を感じるしくみ	9
甘い分子と甘味の秘密	11
甘味物質	11
甘味と分子の形	12
甘いタンパク質	14

モネリン	14
ソーマチン	16
ブラゼイン	18
マヒンリン	18
味を変ええる物質	25

すっぱいものを甘くするタンパク質、ミラクリン	26
酸も水も甘くするタンパク質、クルクリン	33
水を甘くする甘味配糖体、ストロジン	38
甘味をおさえる物質	41

ギムネマ酸	41
ジジフィン	43
グルマリン	44
生物の進化と甘味	44
おわりに	46

「囲み記事」 舌はどこでどんな味を感じる？	6
味覚を研究する学問分野	8

タンパク質のアミノ酸配列を決める	20
cDNAのクローニング	24
ミラクルフルーツの木を全国の学校に配布	29
味覚を阻害する物質	43

味わって食べることの意味

49

はじめに	51
------	----

食文化	52
-----	----

狩猟採集から定住へ

52

穀物食品とアミノ酸

53

味とアミノ酸

56

味つけのくふう

60

おいしさ

63

経験が生む嗜好

63

おいしさの要因

64

五つの基本味

66

うま味とアミノ酸	66
味を感じるしくみ	67
舌のはたらき	67
脳のはたらき	70
味覚と好き嫌いの発達	70
胎児のころ	72
新生児のころ	73
離乳のあと	76
生物にとって味とは？	77
味は栄養素のシグナル	77
甘味	79
塩味	81
うま味	84
味は消化を助ける	88
味覚と消化器	88
味覚と唾液分泌	92

まとめ	96
食と健康、そして食育	96
「囲み記事」 魚醬と穀醬	57
トマトとチーズのおいしさは？	61
世界の料理と「だし」	86

ぼくの料理

料理人を志したころ	104
ヨーロッパに渡る	105
スイスからドイツ、ベルギーへ	106
カルチャーショック	107
トロワグロ兄弟との出会い	108
パリ、「マキシム」	112
帰国、そして……	115
ぼくの料理哲学	116

ソースIIフランス料理の命 119

ワイン賛歌 120

人とのつき合い、遊び 122

Q & A 125

あとがき

129