

ジュースなら「果汁100%」を選ぶという方が多いと思います。

果汁100%には、生に近い果物の甘味や酸味が味わえ、砂糖などが含まれていないといった健康によいイメージがあります。果汁100%ジュースには「濃縮還元」タイプと「ストレート」タイプという2種類があります。これらは製法の違いで分類され、「濃縮還元」は搾り出した果汁を加熱などで水分を少なくして濃縮して冷凍保存し、容器に詰める前に水分を加えて元の果汁の状態に戻したジュースのことで、「ストレート」は、搾り出した果汁をそのまま低温保存しておき容器に詰めたジュースのことです。濃縮還元タイプは、濃縮のときに損なわれた香り成分を還元のときに加えます。また、果汁の酸化防止剤としてビタミンCは両方のタイプに使用されています。栄養価ではそれほど差がありません。スーパーやコンビニなどでは、保管や輸送コストが抑えられる濃縮還元ジュースのほうがたくさん販売されています。

