

酸味が 甘味に



酸っぱいはずのレモンが丸かじりでみるみるうちに甘くなる。舌に作用して味覚を変えてしまう「ミラクルフルーツ」。西アフリカ原産のこの植物、日本

ミラクルフルーツの赤い実。下の葉っぱは糖分の吸収を阻害する物質を含むことで知られる、味覚修飾植物の一種、ギムネマ

味覚変える実「ミラクルフルーツ」

では栽培が難しく、あまり知られていないが、糖分を制限される糖尿病患者に役立つほかエコノミークラス症候群予防などにも効果が期待されるという。

られた。
また、エコノミークラス症候群の予防にはレモンに含まれるクエン酸が有効と

ミラクルフルーツはアカテツ科の植物で学名 Ric hardelia durific a。

酸っぱいヤシ酒を飲んだり、発酵したパンを食べたりする際に食され、食生活の一部となっているが、島

日本で数少ないミラクルフルーツの研究者島村光治さん(左)によると、赤い実を一分間なめて舌全体にこすりつけると、

村さんは「ミラクリンは添加物として厚生労働省から認可されており、低カロリーで副作用のない人工甘味

約二時間はどんなに酸っぱい味も甘さとしか感じない。実

に含まれる「ミラクリン」という味覚修飾物質(タンパク質)が、酸っぱいものを飲んだり食べたりの時に、甘さを感じる舌の鍵穴と強く結合、酸味を甘さとして脳に伝えるためだ。

ガーナやナイジェリアなどの西アフリカ地方では、

糖尿病対策にも一役

料の開発も可能」と強調する。

実際、島村さんが名古屋市の医師と共同で二〇〇一年六月から、酸味のある果物やヨーグルトをミラクルフルーツで甘くして糖尿病などの患者数人に食べてもらって調べたところ、血糖

値の指標となる糖化ヘモグロビン値が下がる効果のみ

講演や子どもへの味覚教育などに役立てている。

島村さんは「ミラクルフルーツは温度二〇度以上で多量の温室でないと育たない、実が付くまで時間がかかるなど栽培条件はよくないが、温泉地など地熱が高いところなら、温室のコストもかからない。町おこしにも使えるのでは」と、今後の普及と活用を期待を寄せている。

ミラクルフルーツの育て方などを紹介した島村さんのホームページは

のホームページは
<http://shima.npo.gr.jp>



温室でミラクルフルーツの鉢植えを手にする島村さん