



1

【はじめに】

このシリーズは秘密を暴露するものではなく、消費者に認識してほしい“乳・肉・卵”の常識を書き留めたものです。これを読んで、乳・肉・卵に、さらには“食”に対する理解を深めて、豊かな食生活につなげていただけたらと思います。



2



3

どの牛乳が好きですか？

1. LTLT (low temperature long time) 法  
63°C~65°C 30分殺菌
2. HTST (high temperature short time) 法  
72°C~85°C 15秒殺菌
3. UHT (ultra high temperature) 法  
120~130°C 2秒滅菌
4. LL (long life) ミルク  
130~145°C 2~20秒滅菌
5. 何が何だかわからない・・・



4



5

**超高温殺菌 (UHT) 牛乳**：市販の牛乳の95%以上  
=完全に殺菌=大量生産・長距離輸送に適する  
大手乳業メーカー向き

！ 予熱タンクでつく**焦げ臭**を日本人は“コク”と勘違い  
欧州ではこれを“cocked taste” といっって嫌う傾向

**低温殺菌 (LTLT) 牛乳**：無殺菌の牛乳に一番近い風味  
=完全な殺菌ではないため、良質原料乳のみ使用  
日持ちしない → ローカルブランド向き

！ 63°C殺菌 (ノンホモ) と65°C殺菌 (ホモ) があり  
**ホモジナイズ**：乳脂肪を細かくすること  
**ノンホモ牛乳**：静置すると脂肪層が浮いてくる  
=風味豊かでバターも作れる

**高温殺菌 (HTST) 牛乳**：上記2種の中間的存在



6

どのヨーグルトが好き？



7



8

**原材料名**：使用している原材料の多い順番に記載  
(乳製品以外のものも同じです)

**乳製品**：脱脂粉乳などを指します

- ・現在流通しているもののほとんどは、牛乳の使われていない右側の製品です。さまざまな粉末を水に溶かして製造します。大量生産向きです。
- ・生乳から本来の作り方をしている場合は”生乳使用”と書かれている場合がほとんどです。

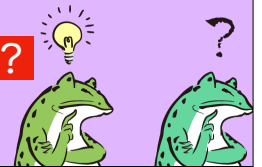


9

## まとめ

国内で流通している牛乳などは  
大量生産に適した殺菌方法により  
風味が損なわれていた

本物の味を知らない！？



10