

## 病気の牛の肉、化学薬品入りの米…あのチェーン店の料理がヤバイ

普段あまり自炊をしない独身のサラリーマンにとってみれば、街中に溢れているチェーン展開の外食産業は、なくてはならない存在だろう。牛丼、ラーメン、ステーキ、定食、カレー、コンビニ弁当、チェーン店の居酒屋などで、ほぼ毎日の食事をまかっている人も少なくないはずだ。また、休日も家族と一緒にファミレスに出かけたり、ホテルのレストランで恋人とデートすることもあるかもしれない。

しかし、それらのお店でどんな食材が使われているのか、気にしたことがあるだろうか。少し前、高級ホテルのレストランで産地偽装や食材の偽装が発覚したが、実はこうした飲食店の料理にはもっと驚くような現実が隠されているというのだ。

フードプロデューサー・南清貴氏の著書『じつは怖い外食 サラリーマンランチ・ファミリー外食に潜む25の危険』（ワニブックス PLUS 新書）では、あまり公にされることのない“外食産業の危険”の数々が紹介されている。

たとえば、日本人が好んで食べる高級霜降り肉。口の中でとろけてしまう脂身たっぷりの柔らかいあの牛肉を、給料日のご馳走にするサラリーマンも多いかもしれない。しかし、南氏いわく「外食をするときに絶対口にしないもののひとつ」なのだという。

本書によると、霜降り肉は「高カロリー穀物飼料を与えたうえ、少しでも早く太らせるためにビタミンAをわざと欠乏させて育てる」という、かなり珍しい飼育方式を採っているとのこと。ところが、ビタミンAが欠乏すると「ほとんどの場合、目が見えなくなる。それだけでなく、内臓脂肪がたまって脂肪肝となり、動脈硬化が起こる。極度に肥満して、糖尿病などのさまざまな病気も併発する」というのだ。つまり、霜降り肉は、重病を患っている牛の肉らしい。

牛肉といえば、ファミレスや安いチェーン店のフィレステーキなどにも問題がある。これらの店の肉はほとんどがいわゆる“加工肉”（成型肉）なのだという。加工肉とは、くず肉などを結着剤でつないで固めて、形状を整えた食肉のことなどだが、その結着剤というのが「重合リン酸塩、ポリリン酸塩、ピロリン酸塩」などの化学物質。しかも、加工肉は硬いので「タンパク質分解酵素」という化合物を使って柔らかくした後に、脂身や卵白を足すのだという。卵白が入っているなんて、もはや牛肉なのか何かのかもよく分からなくなってくるが、これが「チェーン店のステーキ」の実態なのだ。

では、魚はどうかというと、こちらにもリスクがひそんでいる。そのひとつが、日本人に好まれているサケだ。国内産サケの漁獲量は減少し続けており、その代わりにチリ産のサケが使われることが増えている。しかし、そのチリ産サケがかなり危険だというのだ。

「現地の調査によれば、エサの大量投入による残渣やし尿などで海自体が汚染され、養殖のサケの皮や粘膜に吸血寄生する『海ジラミ』という虫が発生し、それを退治するための殺虫剤の使用が激増しているのだ。そのほかにも、さまざまなバクテリアやウイルスへの感染対策としての殺菌剤、抗生物質の投与などで安全性が脅かされているというのが現実なのだ」（同書）

さらに、チリ産サケの鮮やかな紅色はエサに混ぜこまれている人工合成色素「アスタキサンチン」の色なのだという。天然のアスタキサンチンには毒性がないが、人工のアスタキサンチンの安全性はまだ確認されていないとのことだ。

大手チェーン店などでは、主食のご飯やパンにも危険物質が含まれている可能性がある。古くなってもろくなったお米や品質の悪い中国製の米を精米するときに、精米改良剤というものを使ってお米が割れるの

を防いだり、においを抑えてまるで新米のような光沢を出すのだが、この精米改良剤というのは「『液体プラスチック』とも呼ばれ、プロピレングリコールという石油精製によって作られる化学薬品が主体」なのだという。しかも、プロピレングリコールは、薬事法においては表示指定成分として表示が義務化されているのに、多くの食品メーカーは「加工助剤だから表示義務はない」と、表示を拒否している。

一方、パンについて、同書は最大手の山崎製パンを名指しで批判している。山崎製パンではパン生地改良剤として臭素酸カリウムを使っているが、「この臭素酸カリウムは、発がん性を指摘されて、一度は全面禁止になったものだ」という。

同書は他にも、発がん性が指摘されている高濃度の硝酸態窒素が野菜にふんだんに使われていることや、ホテルのケーキバイキングのケーキが大量のトランス脂肪酸まみれであることなども、指摘している。

肉、魚、野菜、主食、そしてデザートまで。外食産業では多くのメニューに化学物質や薬品が使われているということらしい。しかも、外食産業の料理はスーパーで売っている加工食品などとちがい、こうした添加物が表示されていない。

自己防衛という言葉をよく聞くが、こうした現実をつきつけられると、そんなことは不可能に思えてくる。我が身を守るには、信頼できる個人の料理店以外では食事をしないようにすることくらいしか方法は無いのかもしれない。

(金子ひかる)