

ガッテンでの放送内容について

2016 年 5 月 18 日（水）午後 7 時 30 分より NHK で全国放送されたガッテンの「[卵料理の新世界！ふわふわプリプリ自由自在](#)」の内容が、同局のホームページに紹介されております。是非、ご覧下さい。

<http://www9.nhk.or.jp/gatten/articles/20160518/index.html?c=food>

<今回はコレ！>

- [賞味期限の真実](#)
- [ゆで卵&目玉焼きは「ちょい古卵」で超プリプリ！](#)
- [古い卵は泡立ちやすい！](#)
- [新感覚！エアー卵かけご飯](#)
- [万能ふわたまソース](#)
- [ガッテン！流目玉焼き](#)

上記の関連として同じホームページに 2010 年 9 月 29 日（水）に放送した「[10 秒で 8 個むけるワザ 新発想！激ウマゆで卵](#)」がリンクされています。

<今回はコレ！>

- [殻をむけやすくする驚きのプロのワザ](#)
- [“むきにくさ”と“まずさ”の意外な犯人](#)
- [激ウマでつるとむけるゆで卵を一瞬で！](#)
- [変色&臭いを解消！激ウマの鍵は暗号卵にあり](#)
- [とろ〜り煮卵を短時間で作る方法](#)
- [超簡単！殻つき味付け卵・とろ〜り煮卵の作り方](#)
- [気になる！卵とコレステロールの関係](#)

6 年前の放送時に「卵とコレステロールの関係」については、「結論から言うと、ほとんどの人は、卵を毎日食べてもコレステロール値は上がりません。もともと、コレステロールの 7 割は体内で作られています。食事でたくさんコレステロールをとった時は体内で作る量を減らすことで、血液中のコレステロールを一定に保っています。」としてあり、非常に正確な放送内容となっていました。

【日鶏協回覧板】 発行者：一般社団法人 [日本養鶏協会](#)

〒104-0033 東京都中央区新川二丁目 6 番 1 6 号馬事畜産会館内（5 階）

TEL：(03)3297-5515 FAX：(03)3297-5519 発行日 2016 年 5 月 30 日

編集・発行責任者：島田博(fuwatama@ipa.or.jp)