



<報道用資料>

2023年5月
株式会社紀文食品

食べたことがある人は9割なのに 「そのまま食べられる」知らない人が半数 ～はんぺんに関する調査～

「はんぺん」と聞いて、皆さんはどのようなものを思い浮かべますか？実は「はんぺん」と呼ばれるものは全国にたくさんあり、色や形、食感も多彩です。その中でも今回ご紹介するのは、白くふわふわしてソフトで軽い食感の「はんぺん」。この白い「はんぺん」は関東で発祥した食べ物だと言われています。

そこで今回紀文では、事前調査で「はんぺんを知っている」と回答した全国8エリアの20代～60代以上の女性1,600人を対象に、はんぺんに関する調査を実施しました。その結果を発表します。



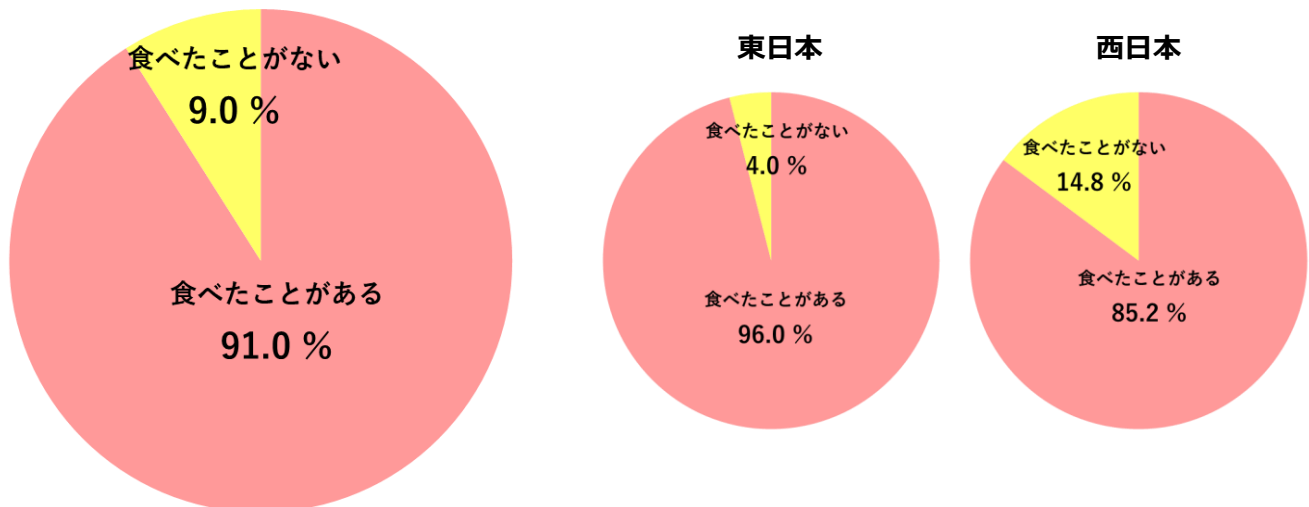
※文中の「はんぺん」はすべて「白いはんぺん」を指します。

はんぺんを食べたことがある人は9割以上

はんぺんの喫食経験をたずねたところ、91%の人が「食べたことがある」と回答。西日本でも85.2%と、今や全国で多くの方に召しあがっていただいているようです。

Q.はんぺんを食べたことがありますか (n=1,600、単一回答)

<エリア別>



<この資料に関する問い合わせ先>

株式会社紀文食品 広報室

TEL : 03-6891-2751 E-mail : koho_tokyo1@kibun.co.jp

※画像データをご希望の方は広報室までご連絡ください

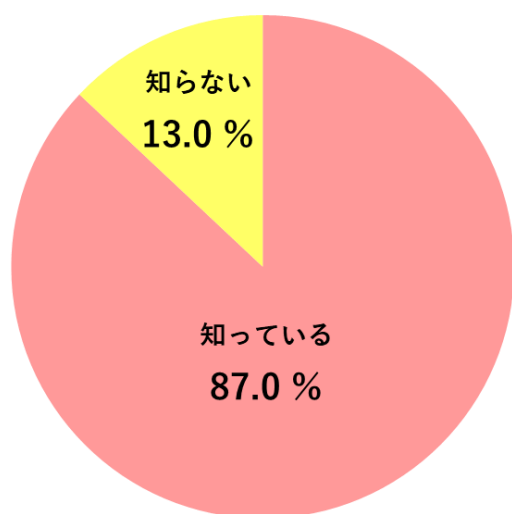
まだまだ知られていない、はんぺんの魅力

前ページにて、はんぺんが全国で食べられているというデータをご紹介しましたが、一方ではんぺんにはまだ知られていない事実がいろいろあるようです・・・！

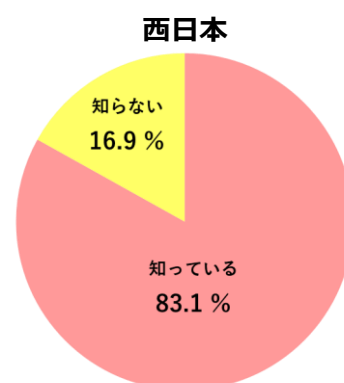
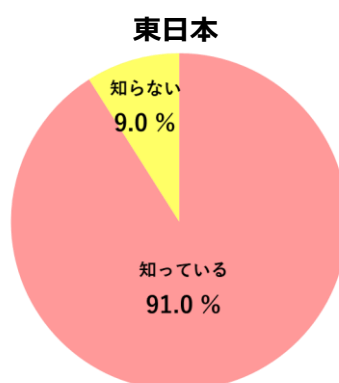
「はんぺんは魚のすり身で作られている」知らない人は約 1 割

はんぺんの主な原材料が白身魚であることを知っているか聞いたところ、知らないと答えた方は13%という結果に。はんぺんは、白身魚のすり身にやまいもや卵白などを加え、気泡を作るように練りあげた後、熱湯に浮かせながらゆでて作られています。認知度 100%まで、あと少しです。

Q.はんぺんの主な原材料は白身魚であると知っていますか
(n=1,600、単一回答)



<エリア別>



<ミニ知識> はんぺんが白くてふわふわなワケ

アイスクリームのなめらかな口当たりは、空気の混入割合によって左右されます。同様にはんぺんの“ふわふわ”とした食感も、空気が大きく影響しています。すり身にやまいもや卵白などを加え、空気を均一に含ませるように高速で攪拌し練りあげることで、はんぺん独特のふんわり感を生み出しているのです。

また、はんぺんの白さについてですが、漂白剤などは一切使用していません。原料となる白身魚のすり身を作る過程で水晒し（みずさらし）という工程があり、血合いや脂肪を洗い流すことで、美しい白さを生み出しています。

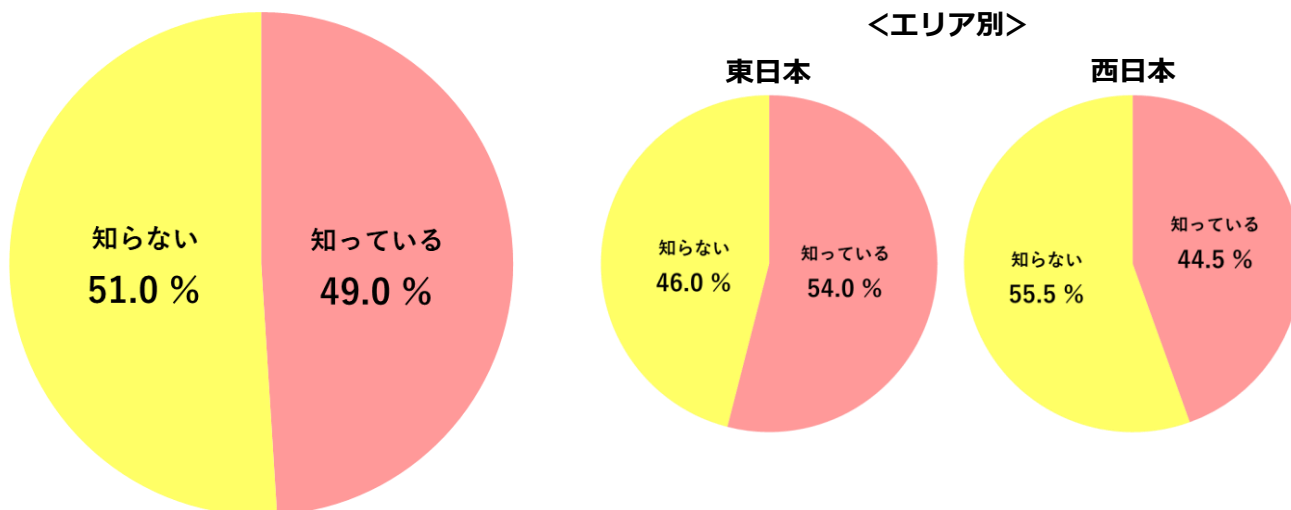


はんぺん製造ライン（成型工程）

そのまま食べられることを知らない人が 5 割以上

はんぺんは製造段階で加熱（ゆでる）をしているため、そのままおいしく食べることができます。しかし、そのことを知らないとの回答が 51%にのぼることがわかりました。約半数の方が、「はんぺんは加熱しなければ食べられない」と思っているようです。

Q.はんぺんが加熱調理をしなくても食べられることを知っていますか
(n=1,600、単一回答)



<活用術> いつもの料理を“ふわふわ”に

空気を含ませて作るはんぺんは、素材として活用すると、いつもの料理を“ふわふわ”に仕あげることができます。

使い方もとっても簡単。1枚すべて使う場合は、パッケージを開けずに袋の上から手でもみながらつぶして、他の材料と混ぜるだけ！

◎冷めても固くならないので
お弁当にもぴったり！

- ・はんぺんのふわとろオムライス
- ・ふわふわ照り焼き鶏団子
- ・鶏むね肉のふわふわチーズ焼き など



袋の上からもむだけでOK！



イメージ

高たんぱく・低脂質な食材だと知らない人が約 4 割

実ははんぺんは高たんぱく・低脂質な食材のひとつ。牛肉や鶏卵と比べると同程度のたんぱく質量を持ちながらエネルギーと脂質が低いことがわかります（右表）。

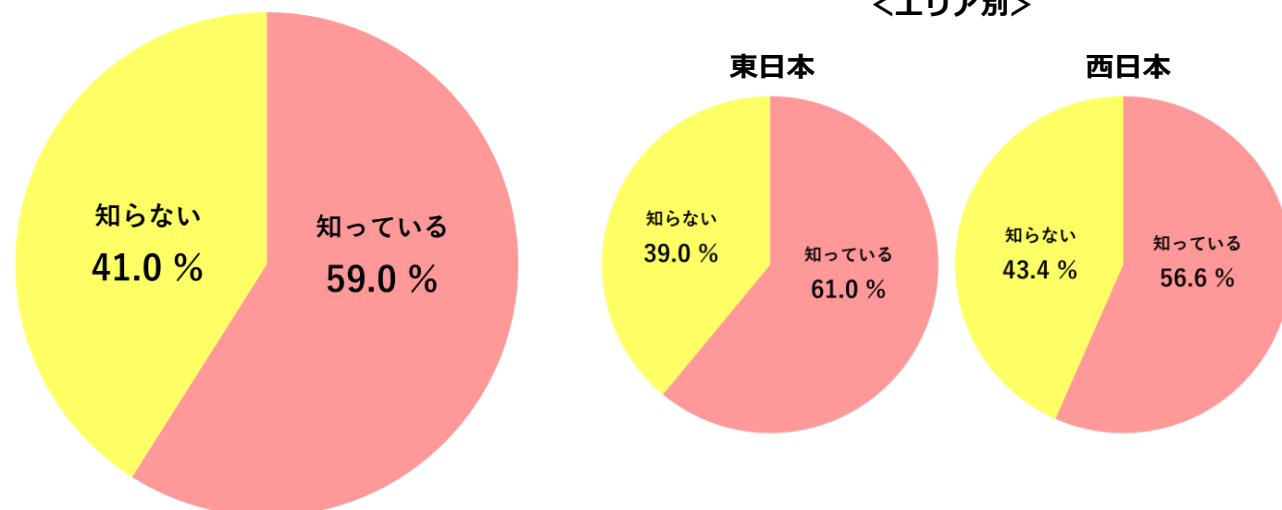
しかし調査をしてみると、高たんぱくかつ低脂質な食材だということを知らないと答えた方が約 4 割となりました。

100gあたり	はんぺん	和牛肉肩ロース (脂身付き 生)	鶏卵 (全卵 生)
エネルギー	93kcal	380kcal	142kcal
たんぱく質	9.9g	13.8g	12.2g
脂質	1.0g	37.4g	10.2g

日本食品標準成分表 2020 年版(八訂)より

Q.はんぺんが高たんぱく・低脂質な食べものだと思っていますか
(n=1,600、単一回答)

<エリア別>



<ミニ知識> はんぺんを切るのは包丁いらす…! ?

はんぺんの調理が簡単な理由は火を通さなくても食べられること以外にも、それは『包丁を使わなくてもいい』ということ。袋の上から定規や下敷きを押し当てただけで簡単に切ることができ、まな板や包丁を洗う手間も省けます。



高たんぱく・低脂質で、そのままでも食べられるはんぺんは、調理も手軽なので、これから暑くなる季節に積極的に活用いただきたい食材です。紀文の Web サイトでは、3 ページでご紹介したメニューの他にも 100 以上のはんぺんレシピをご紹介します。こちらもぜひご覧ください。

紀文公式 Web サイト「笑顔のレシピ」
www.kibun.co.jp/recipe_category/hanpen_r/



《調査概要》

- 調査機関：アイブリッジ株式会社および株式会社紀文食品
- 調査地域：北海道／東北／関東／中部／近畿／中国／四国／九州沖縄地方
- 調査対象：事前調査で画像を見てはんぺん（ふわふわとした食感の白いはんぺん）を知っていると回答した 20代～60代以上の女性 各世代約40名
- 調査期間：2023年3月29日～30日 ■ サンプル数：1,600名 ■ 調査方法：インターネットによる調査