

植物油の分類と脂肪酸構成

植物性油脂類の分類			植物油 一般名	酸化特性	ヨウ素価	脂肪酸組成										
					(IV)	C8 : 0	C10 : 0	C12 : 0	C14 : 0	C16 : 0	C18 : 0	C16 : 1	C18 : 1	C18 : 2	C18 : 3	
						カプ [°] リル酸	カプ [°] リン酸	ラウリン酸	ミリスチン酸	パ [°] ルミチン酸	ステアリン酸	パ [°] ルミトリン酸	オレイン酸	リノール酸	リルン酸	
油脂	油	乾性油	月見草油	非常に酸化しやすい	195-199					6.2	1.8		11.9	70.6	9.5	
			ローズヒップ油	酸化しやすい	170~190					3.8	1.7		14	44	35	
			グレープシード油	比較的酸化しやすい	107-143					11.1	3.3		22.2	61.4		
		半乾性油	小麦胚芽油	比較的酸化しにくい	115-129					16	1		22	54	6	
			セサミ油	比較的酸化しにくい	103-118					8.8	5.3		39.2	45.8	0.1	
			アルガン油	比較的酸化しにくい	99-102				0.1	12.3	5.6		44.6	31.1	0.1	
			スイートアーモンド [°] 油	比較的酸化しにくい	92-114					6.7	1.2	0.5	66.3	22.3		
			アブリコット カーネル油	比較的酸化しやすい	90-110					7.2	2.3		74.8	15.6		
			不乾性油	アボカド油	比較的酸化しにくい	94.6					6.9	0.6		77.3	10.8	1
				オリーブ油	酸化しにくい	75-90					9.8	3.2	0.6	73.8	11.1	0.4
		ツバキ油		酸化しにくい	78-87					8.2	2.1		85	4.1	0.6	
		マカデ [°] ミアッツ油		酸化しにくい	70-80				1	7	3	25	55	2		
脂	シアバター	酸化しにくい	49-67					2~6	15~12		60~70	5~15				
	ココナッツ油	酸化しにくい	7-16	7.7	6.2	47	18	9.5	2.9		6.9	0.2				
ロウ	液体ロウ	ホホバ油	酸化しにくい	82					11	71	0.1	6.7	0.3	0.2		
炭化水素			植物性スクワラン	酸化しにくい	56-64	C ₃₀ H ₆₂										

-MEMO-