

アメリカン・ミートの
おいしいスタイル

Be&Po Taste of
America
ビー・アンド・ポ

7

Vol.38
July 2012



行正り香さんにおしえてもらった
オーブンで焼く
絶品アメリカン・ポーク



行正り香さんにおしえてもらった

オーブンで焼く 絶品アメリカン・ポーク

アメリカン・ポークを オーブンで焼いてみませんか。



行正り香さん

Rika Yukimasa

福岡県出身の料理研究家。
高等学校3年時からアメリカ合衆国
カリフォルニア州に留学。留学中にホス
トファミリーのための食事作りから料理
に興味を持つ。著書は「おうちに帰っ
て、ごはんにしよう。」など多数。

こんな便利なもの、使わない手はない。

「わたし、オーブンのこと、シェフがひとり家に
いるみたいだと思うんです」

洗練されたお料理を、目から鱗がおちるような
簡単ステップでつくりあげてしまう大人気の「行
正レシピ」。実はオーブンを使うものも少なくあ
りません。

「とにかくオーブンに入れたら、後はほったらか
し。他のことをやっている間に、お料理ができちゃ
うなんて、こんな便利なもの、使わない手はない」
そんな行正さんに今回ご紹介いただくのは、アメ
リカン・ポークのかたまり肉をつかった、オーブン
レシピ。実はオーブンこそ、アメリカン・ポークの
肉の濃厚な旨みを上手に引き出すうってつけの
調理法なのです。

「120℃」で焼く、
それだけで絶品という黄金の法則。

実は、行正さんがアメリカン・ポークを何度も
オーブンで焼いて得た体験のなかでたどりつい
たのが、「120℃」という絶妙な温度。かたまり
肉に、低温でじっくりと火を入れることによっ
て、おどろくほど、しつとりと上品な味わいが
引き出されます。「これは、肉質が良く、脂身があっ
さりとしたアメリカン・ポークならではの美味
しさ。他ではこの味は出ません」ちなみに、オー
ブンは電子レンジ付きなのかビルドインタイプ
なのかによって仕上がりにはばらつきがあります。
ビルドインなら、レシピの時間より10分短く
するなどのコツも併せてご紹介しますのでご参
考ください。

うっとりするほどしっとり、やわらか。薫り高いローストポークの決定版。

120℃

アメリカン・ポーク 肩ロースの 絶品120℃ロースト

煮ても焼いてもやわらかいアメリカン・ポーク 肩ロース。手軽で使いやすいこの部位を、ボリューム感のあるローストに。りんごの甘みがほのかにひろがる、幸せな一切れ。スパイシーなゆずこしょうを使ったソースをそえれば、また違った美味しさが楽しめます。ポテトをローズマリーと焼いた副菜をそえて。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク 肩ロース（かたまり）	500g
塩	小さじ2
こしょう	適宜
りんごジュース	1/4カップ

作り方

- 1 アメリカン・ポークをビニール袋に入れ、りんごジュースを加えて1時間ほど漬け込んで甘みを加えておく。
※シンプルに塩・こしょうでいただきたい方は、この工程を省いてもおいしくいただけます。
- 2 オーブンを120度に温める。肉についたりんごジュースをペーパータオルでふき、塩を全体にすり込む。
- 3 天板の網の上に肉を乗せて、120度のオーブンで70分ほど焼く。（少しやわらかめがお好みの場合は、60分でもOK。ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）
- 4 オーブンから出したら、肉汁を閉じ込めるため、アルミホイルにくるみ、20分ほど休ませる。しっとりとしたお肉にするために、省いてほしくない行程。
肉汁がおさまったら7mmくらいの厚さに切る。仕上げにケッパーやピンクペッパーを振ると、さらにおしゃれな一品に。

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



りんごジュースに1時間漬け込むことで、フルーティな香りがしみこむだけでなく、お肉もよりしっとりやわらかに。アメリカン・ポークの旨みにさらに奥行きがでるひと工程。

料理に合うおすすめソース

ゆずこしょう
オリーブオイルソース



材料（4人分）

ゆずこしょう	小さじ2
オリーブオイル	大さじ1

作り方

全ての材料をボウルに入れて混ぜる



こっくりとした脂の旨みと、とろけるハチミツのベストマッチ。



アメリカン・ポーク バラの ハチミツ焼き

肉の味のコクと、甘みのある脂身が堪能できるアメリカン・ポーク バラ。アメリカン・ポークなら、脂があっさりとしているのでしつこくなくいただけます。カリッと焼いた脂身からみつくハチミツの甘さ、たまりません。マッシュポテトを添えて。余ったら、ラーメンやうどんにのせるのもおすすめ。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク バラ（かたまり）	500g
塩	小さじ2
焼いたあとにつける塩	小さじ1/4
ハチミツ	大さじ1
こしょう	適宜

作り方

- 1 オーブンを120度に温める。塩を全体にすり込む。
- 2 フライパンを中火で温め、バラ肉の脂の部分を10分ほど焼く。こんがりとし色がついたら、オーブン網の上に乗せ、塩が抜けた分、小さじ1/4の塩を脂面に塗り、ハチミツ大さじ1を塗る。
- 3 天板の網の上に肉を乗せて、120度のオーブンで70分ほど焼く。（少しやわらかめがお好みの場合は、60分でもOK。ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）
- 4 オーブンから出したら、肉汁を閉じ込めるため、アルミホイルにくるみ、20分ほど休ませてから7mmくらいの厚さに切る。

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



オーブンで焼く前に、フライパンで脂面だけ焼くことによって、長時間焼いても肉汁が溶け出すことを防ぐ。焼き色も美味しそうな仕上がりに。あっさりとしたアメリカン・ポークだからこそ、残さずすべて堪能できる。

料理に合うおすすめワイン

シラー



肉の味わいがこっくりとしたバラ肉には、パンチのあるワインがおすすめ。シラーの、ほどよい甘さと渋みが食欲をひきだします。ワインは、常温に戻して。ポークの脂の甘さとワインのハーモニーの重奏をおたのしみください。



蒸気でお肉もいい気持ち。ほんのりロゼの焼き加減を堪能する。

120℃

アメリカン・ポーク ロースの 温泉焼き

上品で繊細な味わいのアメリカン・ポーク ロース。でも、うっかりするとパサッとした仕上がりになることも。そこで登場するのが、天板にはるお湯。蒸気をおくりこむことでしっとりとジューシーな焼き加減に。茹でたいんげんと生のマッシュルームを、みじん切りのオニオンとフレンチドレッシングで和えたサラダを添えて。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク ロース（かたまり）	500g
塩	小さじ2
こしょう	適宜
天板にいれる水	1カップほど

作り方

- 1 オーブンを120度に温める。
塩をアメリカン・ポークにすり込む。
- 2 オーブンの天板に水を入れ、その上に網を乗せる。
アメリカン・ポークを乗せて、120度で60分を目安にゆっくり火を通していく。（少しやわらかめがお好みの場合は、50分でもOK。ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）
- 3 オーブンから出したら、肉汁を閉じ込めるため、アルミホイルにくるみ、20分ほど休ませてから7mmくらいの厚さに切る。

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



オーブンの天板にお湯をはる。蒸気をくぐらせながら、肉を焼くことで、驚くほどしっとりとした仕上がりになる。やわらかで繊細なアメリカン・ポーク ロースを旨みたっぷりに仕上げる秘伝の技。

料理に合うおすすめソース

マスタードソース



材料（4人分）

粒マスタード	大さじ1
マヨネーズ	大さじ1
ハチミツ	小さじ1
塩	ひとつまみ

作り方

全ての材料をボウルに入れて混ぜる



近ごろ話題のバックリブ。ガーリックとしょうゆの香ばしさに、食欲に火がつく。



アメリカン・ポーク バックリブの ガーリックしょうゆ焼き

調理してみると、意外と簡単なバックリブ。ロース側の骨付き肉ならではの、やわらかくあっさりとした肉の旨みが特長のこの部位。手づかみで、大胆に。やみつきになること、うけあいです。カリフラワーを茹でてつぶし、牛乳とマヨネーズを加えて焼いたグラタンを添えて。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク バックリブ	700g（8本分）
塩	小さじ1
しょうゆ	大さじ1
にんにく（すりおろす）	小さじ1

作り方

- 1 オープンを120度に温める。
- 2 アメリカン・ポーク バックリブは、しょうゆとすりおろしにんにくをつけて、さらに塩をすり込む。
- 3 天板の網の上に骨の部分を下にして肉を乗せて、120度のオーブンで70分ほど焼く。
（ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）
- 4 骨と骨の間に包丁を入れて切る。

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



にんにくは、できればチューブ入りではなく、新鮮なものをつかうのがおすすめ。焼く時は骨を下にして。焼いたあとは骨と骨の間に包丁を入れて切る。すっすっと切れるので、初めてでも大丈夫。

料理に合うおすすめワイン



ソーヴィニヨンブラン

肉の旨みが濃いバックリブ。しょうゆで仕上げたガーリック焼きには、白のなかでも香りが引き立つソーヴィニヨンブランがおすすめ。芳醇な香りは、アメリカン・ポーク バックリブのあっさりとした肉のおいしさと好相性。ワインもバックリブも、つついとおかわり。



どの家にもある「塩こしょう」。
ぱぱっとまぶして、パリッと焼き上げるだけで大満足の逸品に。

アメリカン・ポーク 肩ロースの かんたん塩こしょう焼き

市販の「塩こしょう」だけでできる、ごちそう。高温・短時間で仕上がるので、時間がないときでも大助かり。焼いてからすぐに切ると肉汁がでてしまうので、「休ませる」のだけは忘れずに。オーブンで一緒に焼いたりんごのローストを添えて。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク 肩ロース（かたまり）	500g
市販の味付け塩こしょう	小さじ1
レモン	少々（お好みで）

作り方

1 オーブンを200度に温める。アメリカン・ポークをペーパータオルでふき、市販の味付け塩こしょうを全体にすり込む。
※市販の「塩こしょう」がない場合は、通常の塩とこしょうで味付けを。塩は、小さじ2を目安に。

2 天板の網の上に肉を乗せて、200度のオーブンで40分ほど焼く。（ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）

3 オーブンから出したら、肉汁を閉じ込めるため、アルミホイルにくるみ、20分ほど休ませてから7mmくらいの厚さに切る。

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



肉汁を閉じ込めるため、アルミホイルにくるむ。アメリカン・ポークの肉の旨みをぎゅっと凝縮するテクニック。

料理に合うおすすめワイン

メルロー



「塩こしょう」の、シンプルだけど、なんともいえない旨みがしみこんだお肉には、ワインのメルローがおすすめ。アメリカン・ポークのしたたる肉汁と、ピロードのようなメルローの深い味わいとのベストマッチを楽しんで。



みんな大好きなバーベキュー・リブは、時間をかけずに高温でカリッと。

アメリカン・ポーク バックリブの カリッとバーベキュー

香ばしさを楽しみたいバーベキューは、高温・短時間で焼くのがおすすめ。ケチャップベースのタレは、こどもはもちろん、誰にでも人気者。インドア・バーベキューの手軽さも魅力。かぼちゃのサラダを添えて。余ったら冷凍しておき、解凍後にレンジで温めても美味しい。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク バックリブ 700g（8本分）

〔ソース〕

ケチャップ	大さじ 3
中濃ソース	大さじ 1
ハチミツ	大さじ 1
塩	小さじ 1/4
にんにく（すりおろす）	小さじ 1
お好みでカイエンペッパー	小さじ 1/4
（辛いので、小さなお子様がいる方は省いてもよい）	

作り方

- 1 オーブンを200度に温める。
- 2 バックリブは、骨と骨の間に包丁を入れて切る。ボウルにソースの材料を加えて混ぜたら、バックリブを入れてざっくり混ぜる。
- 3 天板の網の上に、骨の部分を下にして肉を乗せて200度のオーブンで25分～30分ほど焼く。焦げ目がついたら焼き上がりの目安。（ビルドインタイプのオーブンの場合は、火の通りが早いので、調理時間を10分短くする）

アメリカン・ポークだから おいしく作れるポイント



ボウルにソースの材料を加えて混ぜたら、バックリブを入れてざっくり混ぜる。30分ほどつけ込めば、肉に味がしみこみ、アメリカン・ポークの濃厚な旨みがさらに引き出せる。

料理に合うおすすめワイン

カベルネ



トマトベースのお料理に相性がよいカベルネ。バックリブの香ばしい濃厚な味わいにもぴったり。お肉も、ワインもカジュアルに。ポピュラーな美味しさのカップリングに、大納得。



行正り香さん流 アメリカン・ポークの楽しみ方



とにかく、おいしい。

たくさん食べても、

とってもヘルシー。

アメリカン・ポークって、

お肉の理想型ですね。

Q アメリカでのお肉体験をおしえてください。

さすがお肉の本場。アメリカの人は、とにかくお肉の楽しみ方を知っていますよね。食べる量も、ぜんぜんちがう。一人で500gとか。最初は驚いていたんですが、そのうち食べられるようになったちゃう(笑)。

でもそれは、アメリカン・ポークをはじめ、アメリカのお肉があっさりヘルシーだからなんです。アメリカでは、よくオープンでお肉を焼きます。油をつかわないから、ヘルシーですよ。わたしが大のお肉好きなのも、アメリカでの経験が大きいかもしれませんね。

Q オープンは、よくお使いになりますか。

大好きですね。わたしはお客様が来る時、ほとんどオープン料理をつくるんです。前菜は前もってつくっておいて、お客様が「ピンポン」と呼び鈴を鳴らした瞬間に、オープンのスイッチをオン！かるくパスタをつくって、食卓にだしたら、あとはお肉が焼き上がるのを待つだけ。その間は、ホストのわたしも、食べたり飲んだり……。さっきまでくつろいでいたのに、「マジシャンか」なんてメイン料理をはこんでくるので、「マジシャンか」なんていわれることもあるんですよ(笑)。



Q 今回のレシピの楽しみ方をアドバイスいただけますか。

オーブンを使うから、週末のスペシャルメニューと考えると、毎日の夕食時にぜひ活用していただきたいですね。たとえば、忙しいお母さんなら朝、味付けをして、帰ってからオーブンをスイッチオン。オーブンを使うのは、自分の仕事をひとつ減らすぐらい、気軽な感覚で。そんな思惑もあって、今回のレシピは極力シンブルを心掛けました。そう、焼き魚に近い感覚。アメリカン・ポークは、肉が味わい深いのに、脂があっさりしていて、臭みのない上品なお肉。同じメニューを他のポークで作っても、こうはいかない。クセがないアメリカン・ポークだからこそ、シンブルな調理法で勝負できるんですね。ちなみに、今回の120℃ポークは、どなたにお出ししても大好評。みなさん、アメリカン・ポークの大ファンになってしまっただけです。オーブンを菓子作りに使うだけではもったいない。ぜひ、トライしてみてください！

Q ご家族とはどのようにお食事をされていますか。

わたしは、どちらかというと家族にあわせて料理するというよりも、自分が好きなものを作っていますね。子どもがいるから、ハンバーグにカレー、というようなことはしていません。だから自然と私の好きなものを、子どもたちも好きになっている。ちなみに、アメリカン・ポークも大好物。ほんのりピンクがのこった、しつとりとジューシーな焼き加減が好きみたいで、火が通りすぎると、パサパサだねなんていわれる。実は、お肉の美味しさって、火入れのタイミングがすべてだったりしますよね。そういう意味では、大人顔負けの頃合いがわかっているかと、感心したりします。



アメリカン・ビーフ

牛しゃぶ梅おろしサラダ

あっさりヘルシーなアメリカン・ビーフをさっぱりしたドレッシングでいただく、夏にぴったりのごちそうサラダ。

材料(4人分)

アメリカン・ビーフ 肩ロース
(薄切り) …………… 300g
ベビーリーフ、水菜など…2カップ
赤たまねぎ…………… 1/4個
きゅうり…………… 1本
ブロッコリースプラウトなど…1パック分

【梅おろしドレッシング】

大根おろし…………… 5cm分
たまねぎ(すりおろし)…1/4個分
梅肉…………… 大さじ2
削りぶし…………… 大さじ1
さとう…………… 少々
しょうゆ…………… 大さじ1

時間のない時でも、すぐに完成！

アメリカン・ビーフ&ポークのおいしさを活かした
10分レシピなら家に帰ってきてからでも
気軽に作れます。

シンプルな3ステップだから、失敗知らずです。

料理：橋本加名子さん（料理研究家）

1 アメリカン・ビーフを一口大に切る。レタス、水菜は一口大にちぎる。赤たまねぎは繊維にそって薄くスライス、きゅうりは厚さ5mmに斜めに切る。大根おろしの水気を軽く切り、ドレッシングの他の材料と混ぜ合わせておく。

2 小鍋に湯を沸かし、アメリカン・ビーフを軽くゆでる。

3 2をザルにあげて冷ます。器にベビーリーフ、レタス、水菜などの葉野菜、赤たまねぎ、きゅうりを盛り付け、その上にアメリカン・ビーフをのせて梅おろしドレッシングをかける。ブロッコリースプラウトなどを飾る。





アメリカン・ポーク

ローズの薄切りとなすのレンジ蒸し



1 アメリカン・ポークを幅4cmに切る。なすは厚さ5mmに斜めに切る。大葉は千切りにし、水にさらしておく。タレの材料をよく混ぜ合わせておく。

2 耐熱皿になすを敷く（2段に重ねても良い）。なすの上にアメリカン・ポークを重ねる。

3 2にラップをふわっとかけ、電子レンジ（600W）で3～4分加熱する。食卓に出す器に移し、タレをかけ、水気を切った大葉をのせる。

電子レンジ加熱のみで完成！ コクのある中華風タレがローズの旨みを引き立てる、ごはんにとピッタリの蒸しレシピ。

材料（4人分）

アメリカン・ポーク ロース（薄切り）…………… 300g
なす…………… 4本
大葉…………… 10枚

【タレ】

長ねぎ（粗みじん切り）…3cm分
さとう…………… 大さじ1・1/2
米酢…………… 大さじ2
しょうゆ…………… 大さじ2
ごま油…………… 大さじ1
白いりごま…………… 適量

たった **10** 分で作れる
アメリカン・ビーフ&ポーク
かんたんRecipe

そこが知りたい!

そこを教えて!

アメリカン・ミート

何でも



★豚肉輸入量7年連続No.1

アメリカン・
ポーク

多くの方々からご支持をいただいている
アメリカン・ビーフとポーク。

もっとおいしく、安心して食べて
いただけるように、皆様から寄せられた
さまざまな疑問にお答えしています。

Q
A

アメリカン・ポークは
どんなところで育っているの?

豚の健康に配慮して設計された
とても清潔な豚舎で育ちます。

アメリカン・ポークは自然に囲まれた養豚農場にある、豚の健康を最優先した設計の豚舎で育ちます。コンピュータ管理による空調設備で、新鮮な空気と適度な温度を維持し、ウイルス感染を減らします。また、疾病の侵入を防止する自動給餌システムの導入や、清潔に保つための水圧洗浄に適したスノコ式床の採用など、豚の健康を維持するための衛生的な環境が整っています。



Q
A

アメリカン・ポークの**安全は**
どのように守られているの?

生産者、加工業者、政府が独立して
安全を管理しています。

アメリカン・ポークは「Farm to Table」、すなわち農場から食卓まで、生産者、加工業者、政府で徹底した安全管理に取り組んでいます。生産者は安全な豚肉を生産するために「豚肉品質保証(PQAプラス)プログラム」を実践。加工工場では、HACCP(ハサップ)と呼ばれる高度な食品安全管理システムで、入荷から出荷まで徹底的な品質管理を実施。日本向けのアメリカン・ポークには、日本政府が求める様式に従い、衛生証明書が発行されます。



Q
A

アメリカン・ポークは**日本で**
どのくらい流通しているの?

日本への輸入量は
7年連続でNo.1です。

やわらかな食感とジューシーさが魅力のアメリカン・ポーク。日本でも多くの方にご支持をいただいております。日本への輸入量は、7年連続でNo.1となっています。現在、日本に輸入されているチルド(冷蔵)ポークの約7割がアメリカン・ポークです。輸入量は毎年増加しており、より多くの消費者の方に愛用していただいています。



★豚肉輸入量7年連続No.1

Q アメリカン・ポークは ダイエットにもいいの？

A **低脂肪・低カロリー**なので、**ダイエット**されたい方にもおすすめ。

アメリカン・ポークは、低脂肪・低カロリー、脂肪をエネルギーに変えるビタミンB2も豊富に含まれています。またコレステロール値を下げると言われるオレイン酸や、脂質の燃焼を助けるナイアシンなども含まれ、とてもヘルシー。本格的な夏に向けて健康的にダイエットされたい方にもおすすめです。

アメリカン・ポークと国産豚肉(大型種)の成分比較

ロース100g中(■アメリカン・ポーク ■国産豚肉)



資料:財団法人日本食品分析センター/五訂日本食品成分表

Q アメリカン・ポークは 夏バテ対策にいいの？

A **豊富なビタミンB1**が**健康な身体**を作ります。

暑さで食欲不振や栄養不足がおこるのが夏バテ。夏バテによる疲労を予防するには、エネルギーを作るのに有効なビタミンB1が必要です。アメリカン・ポークには、糖質をエネルギーに変える働きを持つビタミンB1が国産豚より豊富に含まれています。鶏肉と比較すると、含有量は約7倍。200g食べると、成人が必要なビタミンB1の1日の摂取量をまかなえます。アメリカン・ポークで、夏バテしない健康な身体を作りましょう。



Q アメリカン・ポークにも ブランドってあるの？

A **日本人好みの旨み**を追求した**独自のブランドポーク**があります。

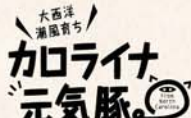
やわらかくてジューシーな味わいのアメリカン・ポーク。その中でも日本人の好みを考えて独自に開発したハイグレードなポークがブランド・ポーク。もちろんおいしさだけでなく、安全・安心、品質にもこだわりをもった高品質なものばかり。お気に入りのブランドを見つけて、ちょっと贅沢なおいしさのブランド・ポークをぜひ味わってみてください。



アルトポーク



インディアナポーク



カロライナ元気豚



EXCEL FARM



大平原健やかポーク



とうもろこし豚



黒豚



健康豚



すこやか三元豚



シルキーポーク



麦仕上げ三元豚



SEABOARD Pork



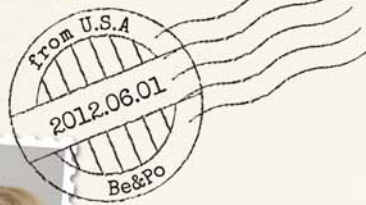
玄米豚



麦そだち四元豚

みなさんからの質問をいつでも受け付けています。

アメリカン・ミートについて知りたいことがありましたらお気軽に質問してくださいね!



リアン&ジョン・サンダースさんご夫妻

アメリカン・ビーフ&ポークのふるさと、アメリカ合衆国では、
どのようにお肉料理を楽しまれているのでしょうか。
このコーナーでは、アメリカの食生活や食文化を紹介します。
今回はコロラド州在住のリアンさんに登場していただきました。

Hello!

from U.S.A.

アメリカ食文化紀行

ヘルシーなアメリカン・ミートは大切な栄養源

ヘルシーな生活に欠かせない、アメリカン・ビーフ&ポーク

3人の子育てに加えて、主人のジョンと会社を経営しているので忙しい毎日ですが、健康的な食生活を送るようにとても気をつけています。食事は必ず手作り。仕事から帰って、いろいろおしゃべりしながら二人でキッチンに立つときが一番楽しいひと時ですね。ジョンは本当に料理が上手で、アメリカン・ビーフやポークを使ってよく腕をふるってくれます。

私たちの仕事は生産者と消費者をつなぐプログラムを通して、“生産者の顔の見えるビーフ&ポーク”を提供すること。食物の安全性は重大な関心事です。親としても子どもたちにも安全で、身体にいい食べ物を選ぶことを心がけています。新鮮な野菜や果物、そして身体を作るのに欠かせないたんぱく質やミネラルが豊富なアメリカン・ビーフやポーク。子どもたちの大好物はジューシーな味わいのアメリカン・ポークのバックリブ。私はジョンお手製のアメリカン・ビーフのステーキを入れたサラダがお気に入り。栄養バランスもよくて、ヘルシーなのでわが家の定番です。

▶アメリカン・ビーフを切り分けるのは、ママの仕事。リブアイのローストをスパイシーなハラペーニョと共にいただくのがサンダース流。



◀愛犬と大の仲良しの長男のケネス、お花が大好きな長女のハンナと次女のケイティ。何よりも大切な3人の子どもたち。



夏の庭でのお楽しみ、みんなでバーベキュー・パーティー!

自然が豊かなコロラド州は夏が一番美しい季節です。週末には友だちを家に呼んで、庭でバーベキューを楽しみます。7月4日の独立記念日は、アメリカ人にとって特別な日。親しい友人や親戚と一緒に、おしゃべりしながら食事をします。ジューシーなアメリカン・ビーフのステーキやポークのBBQリブで会話ははずみます。アメリカ人は家に人を呼んでもてなすのが大好き。一緒に食事をして楽しい時間を過ごすのは、友だちや家族を大事にすることの表れなんです。

だからこそ安心、安全で身体に良い食事を大切にしています。特に子どもたちの毎日の食事に使われる食材には注意を払います。アメリカでも日本でも親として子どもたちを守り、家族を大切に想う気持ちは同じですね。その気持ちを大切にしながらアメリカン・ビーフやポークを生産しています。日本でもより多くの方に、ヘルシーでうまみたっぷりのアメリカン・ビーフとポークを安心して食べていただきたいですね。

▲独立記念日の食事。アメリカン・ビーフ&ポークを中心に、テーブルいっぱいにごちそうが並びます。
◀5月最終月曜日のメモリアル・デイに行われる10kmレースには、毎年家族で参加して、その後は必ず外でBBQがわが家の恒例イベント!





アメリカン・ポークでオープンレシピを作ってみよう!

行正り香さんのオープン料理レシピに挑戦!
 写真と感想を送ってアメリカン・ポークをGet!!

応募期間

2012年8月31日(金)まで



今回の特集でご紹介した行正り香さんのオープンレシピは、簡単に作れて絶品な味わい。ぜひお試しください。この行正り香さんのレシピに挑戦いただき、料理の写真を撮って感想コメントを送ってみませんか。入賞者にはアメリカン・ポークをプレゼント! ご応募お待ちしております!

応募期間: 2012年8月31日(金)まで(当日消印有効)。

応募方法: Be&Po38号の特集やUSMEFのウェブサイトでご紹介した行正り香さんのオープンレシピをアメリカン・ポークで作製、写真と感想コメントを郵送またはウェブサイトにお送りください。応募いただいた方の中からBe&Po編集スタッフが独自の視点から心を打たれた物を選出し、50名様にアメリカン・ポークファミリーセットをプレゼントいたします。

応募条件: 完成して盛りつけた写真1枚とアメリカン・ポークで使った部位、作ってみた感想や味についてのコメント(100字以内)。*購入した肉がアメリカ産豚肉だとわかるパッケージシールの画像を送って審査員にアピールしちゃう!

応募先: 〒107-0052 東京都港区赤坂1-6-19 KY溜池ビル5階 米国食肉輸出連合会 Be&Po係。お名前、ご住所、年齢、性別、電話番号、Eメールアドレス(お持ちの方)を明記の上郵送してください。

ウェブサイトからの応募: アメリカン・ポークの検索窓からご応募ください。

ご応募は郵送またはウェブサイトから

アメリカン・ポーク

検索



皆様から寄せられたご意見・ご感想をご紹介します

ご意見・ご感想

Q&Aを読んでとても勉強になりました。11歳の男の子の母親なので食にはとても気を付けています。うちの子は少し太り気味で、アメリカン・ビーフが低脂肪、低カロリーで、育ち盛りの子どもにいい食品であることが分かりました。監査官も8000人も常駐していて、とても安全なお肉だと初めて知りました。これからもアメリカン・ビーフを取り入れたいと思います。(M・Nさん/神奈川県)

編集部より

うれしいご意見、ありがとうございます。栄養バランスに優れ、低脂肪、低カロリーのアメリカン・ビーフは、お子さんからお年寄りまで幅広い世代におすすです。これからも活用しててください。

以前からアメリカ産のお肉を抵抗なく購入してました。スーパーの精肉屋のおじさんに安全なお肉だよ、と聞いていたので信頼してました。Be&Poを読んでそれは確信に変わりました。安全性は国産と比べても味と共にその色はいいし、安価である点でも国産よりいいくらいです。今後もアメリカ産のお肉を使います。引き続き品質管理の徹底をお願いします。(A・Aさん/静岡県)

編集部より

心強いご意見うれしく思います。今号でも、アメリカン・ポークの安全性についてお答えしています。またUSMEFのウェブサイトでも、安全性について分かりやすくご紹介していますのであわせてチェックしてください。

編集部より

アメリカン・ビーフにヘルメット鉄が和牛の1.5倍も含まれているのを知りました。しかも春野菜と組み合わせるとさらに美肌効果は期待できるのはうれしいですね。冬にダメージを受けた肌を回復しながら、紫外線の負けないお肌作りに励みたいと思っています。(M・Nさん/大阪府)

編集部より

アメリカン・ミートは女性の美容に役立つ栄養成分がたっぷり。肌の露出が増える春から夏の季節にも、たくさん食べてください。

ご意見・ご感想・オリジナルミートレシピ大募集!

「Be&Po」7月号はいかがでしたでしょうか? ぜひご意見・ご感想をお寄せください。また、オリジナルのミートレシピも募集中です。添付のハガキをご利用いただくほか、官製ハガキ、メールでも受け付けています。

お送りいただいた方の中から抽選で5名の方に、アメリカン・ビーフ&ポークの詰め合わせ(計500g分)をプレゼントさせていただきます。締め切りは2012年9月1日(当日消印有効)。たくさんのご応募をお待ちしています!

7月の
Present!

5名様に

アメリカン・ビーフ&
 ポークの詰め合わせ
 (計500g分)



定期購読
 も受付中

「Be&Po」の定期購読も受け付け中です。お申し込みいただいた方には、年4回発行の小誌を無料で送付させていただきます。添付のハガキをご利用いただくか、官製ハガキやメール、FAXでもお受けしています。*同一住所につきましては1冊での送付とさせていただきます。

〒107-0052

東京都港区赤坂1-6-19 KY溜池ビル5階

米国食肉輸出連合会 Be&Po係

FAX: 03-3587-0078

メール: be-po-club@americanmeat.jp



CONTENTS



P2 特集

行正り香さんにおしえてもらった
オーブンで焼く
絶品アメリカン・ポーク

P18 たった10分でつくれる

アメリカン・ビーフ&ポーク かんたんRecipe

P20 アメリカン・ミート 何でもQ&A

アメリカン・ポーク編

P22 アメリカ食文化紀行

P23 ウェルカム!

アメリカン・ミートランド



『Be&Po』7月号 Vol.38 (季刊/年4回発行)

発行日: 2012年6月1日

発行: 米国食肉輸出連合会 (USMEF)

〒107-0052 東京都港区赤坂 1-6-19 KY溜池ビル 5階

米国食肉輸出連合会Be&Po編集部

E-mail: be-po-club@americanmeat.jp

URL: <http://www.americanmeat.jp>

©米国食肉輸出連合会 (USMEF) 本誌掲載記事の無断複写・転載を禁じます。