

vol. 44

Be&Po

Taste of
America

ビー・アンド・ポ

肉×ワインの 素敵な関係



レシピ

Page 7

アメリカン・ビーフ
肩ロースのステーキ



BEEF



and

WINE



Be&Po Taste of America
ビー・アンド・ポ

Cover.

今号の特集は、肉×ワインの素敵な関係。肉があるからこそワインが、ワインがあるからこそ肉がさらにおいしくなる。そんな互いの味わいを引き立てあう、アメリカン・ビーフ&ポークとワインの組み合わせを楽しんでみてはいかがでしょうか？ 意外なマッチングや新しい味の発見をしながら、食欲の秋を満喫することができます。



Funded in part by
the Beef Checkoff.



米国食肉輸出連合会



アメリカン・ポーク

<http://www.americanmeat.jp>

編集：小野有美子 (Sakaki LAB)

サカキテツロオ (Sakaki LAB)

アートディレクション&デザイン：加藤京子 (sidekick)

デザイン：我妻美幸 (sidekick)

*本誌掲載の記事、写真、イラストの無断転載を禁じます。

*本誌に記載の店舗（名称、住所、価格、連絡先等）は取材時（2014年8月上旬）のもので変更になっている場合があります。

Funded by U.S. beef and pork producers



Enjoy American Beef & Pork

vol. 44

CONTENTS

{ 特集 }

Page 4

肉×ワインの 素敵な関係

Page 13 肉レッスン アメリカン・ポーク編

Page 14 レストランガイド アメリカン・ビーフ&ポークを楽しめる店

Page 16 アメリカン・ミートストーリー 「organ」オーナー・紺野真さん

Page 18 肉♡LOVE 座談会 ビーフ編

Page 21 アメリカン・ミート  ポーク編

Page 22 インフォメーション

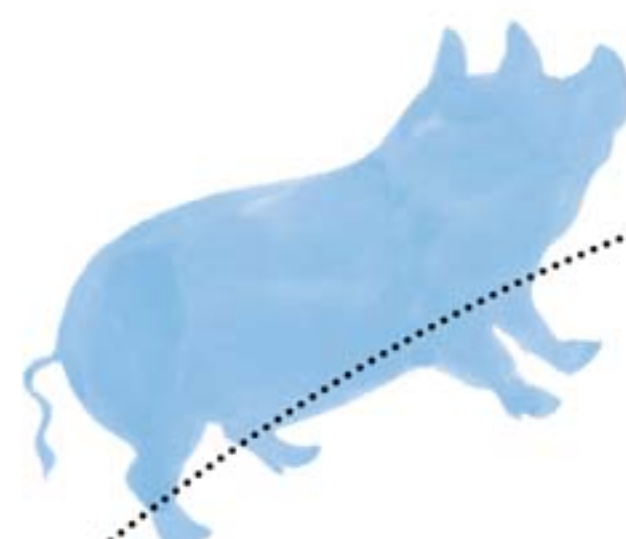
アメリカン・ポーク ロースと
黄桃のスパイシーロースト

レシピ

→ Page 8

8

PORK





{ 特集 }

肉×ワインの素敵な関係

Best matching American meat and Wine

アメリカン・ビーフ&ポークを使った肉料理とワインとのマリアージュをより楽しむためのコツを
フレンチレストラン「ランベリー」の岸本直人シェフと、支配人でソムリエの笹倉建一郎さんに教えていただきました。

Photos:Gorta Yuuki Styling:Makiko Iwasaki Cooking:Naoto Kishimoto Text:Akiko Kawagoe

Beef

Naoto Kishimoto 岸本直人シェフ

東京・南青山のフレンチレストラン「ランベリー ナオト・キシモト」オーナーシェフ。京都店、「ランベリー ビス」も手がける。食材との真摯な向き合い方と季節感のある斬新な調理法で各界から注目されている。店では、料理とワインとの融合が存分に楽しめる。
<http://www.lembellir.com/>



01.



02.

01. アメリカン・ビーフの肩ロースは、表面はしっかりと焼きつけてかたまりごと焼いて。中まで火が通らないと思われがちだが、焼いた後に、アルミ箔で包んで十分に休ませれば大丈夫。“焼き”と“休ませ”の時間がプロの技。02. アメリカン・ビーフには、カリフォルニア産のワインがよく合う。

アメリカン・ビーフは
「かたまり肉」がポイント

気軽にワインと料理を楽しめる、ビストロスタイルの「ランベリー ビス」も手がける岸本直人シェフ。「肉料理にはワインがなくては」と、店でもお互いのマリアージュを楽しめるメニューを提供しています。

自他共に認める赤身肉好きの岸本シェフは、アメリカン・ビーフについて「まずはやはり、ステーキにして、赤身肉のおいしさを味わってほしいですね。表面をカリッと焼いて中は少しレア感のある焼き方が最高に合う。アメリカン・ビーフは赤身がおいしいので、ワインにもとても合わせやすいですね」と話します。

今回はアメリカ産のワインを合わせて、アメリカン・ビーフをさらにおいしくいただきます。

「肉の旨みを感じられるアメリカン・ビーフは豪快に食べたいでしょう。調理法も同じ。豪快にかたまりごと焼いたり、煮たり…。旨みをそのまま逃がさないのがおいしく仕上げるコツですね」

肉汁が滴るかたまり肉をワインとともに楽しんではいかがでしょう？



Beef

《材料》3～4人分

アメリカン・ビーフ 肩ロース.....約 700g
 サラダ油.....適量
 にんにく.....1 片
 塩、こしょう.....各適量

きのこソース

きのこ（好みで 3～4 種類）...約 200g
 玉ねぎ（すりおろし）.....1 個
 バルサミコビネガー.....100cc
 赤ワインビネガー.....50cc
 サラダ油.....適量
 ロメインレタス、ライム（あれば）.....各適宜
 にんにくチップ（あれば）.....適宜

歯ごたえのある肩ロースを、満足感のあるステーキに。バルサミコと赤ワインのダブルビネガーがきのここと相性抜群！さっぱりとした味わいは、ステーキに奥行きをプラスします。

アメリカン・ビーフ 肩ロースのステーキ ▶

《作りかた》

1. アメリカン・ビーフは、常温に戻す。フライパンにサラダ油とにんにくを入れて火にかけ、肉を押しつけるようにして焼く。片面にしっかりと焼き色がついたら裏返し、2 分ほど焼いたら取り出す。アルミ箔で包んで 10 分以上休ませる。
2. きのこソースを作る。きのこは、石づきを外してそれぞれ食べやすい大きさに切り、油を引いたフライパンで炒めて取り出す。フライパンを軽く拭き、バルサミコビネガーと赤ワインビネガーを入れて火にかけ、1/3 量になるまで煮詰めたら、水分をしっかりと切ったすりおろし玉ねぎときのこを戻し入れて混ぜ合わせる。
3. 1 を切り分けて皿に盛り、塩とこしょうをふる。2 を添えたら、好みでロメインレタスやライムを飾り、にんにくチップを散らす。

時間をかけるほどに、トロトロにやわらかくなる
 タンの煮込みは、丁寧にじっくりと作りたいものです。
 赤ワインとぜひ一緒に味わってください。

❖ アメリカン・ビーフ タンの赤ワイン煮



《材料》作りやすい分量

アメリカン・ビーフ タン.....500g
 小麦粉.....適量
 サラダ油.....適量

マリネ液

赤ワイン.....約 1000cc
 にんにく.....2 片
 玉ねぎ（角切り）.....1 個
 にんじん（角切り）.....1/3 本
 セロリ（角切り）.....1/3 本
 黒こしょう（ホール）...20～30 粒
 タイム、ローリエ
 （生またはドライでも可）.....各適量

A トマト（角切り）.....1 個
 トマトペースト.....30g
 コリアンダーシード...30 粒
 塩、こしょう.....各ひとつまみ

赤ワインソース

赤ワイン.....375cc
 バター.....20g
 はちみつ.....少々
 塩、こしょう.....各適量

じゃがいものピューレ.....適宜

《下準備》

アメリカン・ビーフはマリネ液に漬けて冷蔵庫で一晩寝かせる。

《作りかた》

1. 肉の表面の水分を拭き取り、小麦粉をまぶし、サラダ油を熱したフライパンでしっかりと焼いたら鍋に移す。マリネ液の野菜を加え、野菜の香りが出るまで炒めて肉と同じ鍋に移す。マリネ液を注ぎ、火にかける。
2. 1 に A を加えて沸騰したら弱火にし、時々アクを取り除きながら肉がやわらかくなるまでじっくり煮込む（鍋の場合は 3～4 時間。圧力鍋の場合は 20～30 分ほど加熱する。できれば煮汁に 2、3 日漬けておく）。肉を取り出し、煮汁は野菜を押しつぶしながら濾して取っておく。
3. 赤ワインソースを作る。鍋に塩、こしょう以外の材料を入れ、2 で取り分けた煮汁少々を加えて火にかけ、ツヤが出るまで煮詰めて塩とこしょうで調味する。粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
4. 2 の肉をフライパンに並べ、3 のソースとともに軽く煮込む。器に盛り、好みでじゃがいものピューレなどを添える。

アメリカン・ポークと さまざまなワインを堪能

「アメリカン・ポークもクセがなく、さっぱりしているので扱いやすいですね」と岸本シェフ。アメリカン・ポークを使った2つの調理法を教えてくださいました。

「国産豚だと脂が強すぎる場合がありますが、アメリカン・ポークは脂がくどくないので、味付けのレパートリーも自由自在です」

ここでも、「かたまり肉」がポイント。「しっかりと下味をつけてかたまりごと焼いてみました。少し塩が強いかな？ と思うくらい、最初に味を入れると全体的に味がばやけないです」

やはり、アメリカン・ポークには、白ワインが合うのでしょうか？

「一般的に、ポークは白、ビーフは赤というように食材とワインの色を合わせるといいと言いますが、焼きつけて煮込んだ豚肉料理は、赤ワインの方が合う場合もあります。自由ないろいろと試して楽しむのもいいですよ」と、ソムリエの笹倉さん。ワインと一緒にアメリカン・ミートのおいしさを堪能しませんか？

肉厚なのにしっとりとやわらかいロースは、ほんのり甘みを感じる味わいが贅沢。黄桃とミントともよく合います。トロピカルなテイストの白ワインとのマッチングもおすすめです。

アメリカン・ポーク ロースと 黄桃のスパイシーロースト

《材料》2人分

アメリカン・ポーク ロース	250g
にんにく	1/2 片
塩、こしょう	各ひとつまみ＋適量
サラダ油	適量
ローズマリー	2 本
バター（焦がす）	少々
ミント	適量
粗塩、黒こしょう	各適量

黄桃のスパイシーロースト

黄桃（かため）	2 個
レモン汁	2 個分
はちみつ	5 g
五香粉	少々
桃ジュース	少々
ピーチリキュール（あれば）	少々

《作りかた》

1. アメリカン・ポークの表面ににんにくをこすり、塩とこしょうで下味をつける。脂身を下にしてフライパンにおき、弱火にかける。7～8分焼き、出てきた脂はキッチンペーパーなどで拭く。裏返してサラダ油とローズマリーを加え、塩とこしょうを各適量ふる。15分ほど焼いて取り出す。アルミ箔に包んで30分ほど休ませる。
2. 黄桃のスパイシーローストを作る。桃は皮をむいて他の材料とともに2時間漬け込み、鍋に入れて5～8分ほど弱火にかける。
3. 1を食べやすい大きさに切り分けて器に盛り、粗塩をふり、焦がしバターをかけて黒こしょうをふる。好みで2を添え、ミントを飾る。



Pork



Pork



アメリカン・ポーク 肩ロースに、日本の伝統的な発酵調味料、塩麴で下味をつける。塩麴のコクと旨みが合わさって、肉の味わいがさらにアップ。肉質をやわらかくする効果もある。

塩麴で味に深みを増した肩ロースは、まろやかな味わいが絶品です。秋の味覚である栗やきのこなどを入れて具沢山にするとテーブルが華やぎます。

☆ アメリカン・ポーク 肩ロースと栗のブレゼ

《材料》 作りやすい分量

アメリカン・ポーク 肩ロース 250g
 にんにく 適量 + 1/2 片
 塩麴 大さじ 1
 サラダ油 適量
 バター 40g

長ねぎ (斜め切り) 1/2 本
 むき栗 (または甘栗) 6 ~ 8 個
 A きのこと (好みのもの) 100g
 白ワイン 20 ~ 30cc
 ローズマリー 3 ~ 4 本
 レモン汁 少々
 ゆずこしょう 適宜

《作りかた》

1. アメリカン・ポークの表面ににんにくをこすり、塩麴で下味をつける。サラダ油を熱したフライパンに入れ焼き色をつける。
2. 鍋ににんにく 1/2 片、バターを入れて火にかけ、1 と A を加えて蓋をする。極弱火にかけて 15 分ほど蒸し煮にしたら、火からおろして 15 分ほど休ませる。
3. レモン汁と好みでゆずこしょうをつけて食べる。

ビーフ タン
×
まろやかタイプ

ワインと肉の
やわらかさがマッチ

やわらかなタンの赤ワイン煮込みには、まろやかな味わいのメルロ種の赤ワインがおすすめ。合わせることで、料理の味わいがさらにリッチになります。煮込みに使ったワインまたは同じ品種のワインを合わせて飲むと、間違いがありません。

例えば ♪

クロ デュ ヴァル
ナパ ヴァレー メルロ



ビーフ 肩ロース
×
しっかりタイプ

赤身のおいしさを
引き立てる赤ワイン

味わいに深みと複雑さをもたらすタンニンが豊富なカベルネ・ソーヴィニヨン種の赤ワインは、肉の味をシンプルに楽しめるステーキにぴったり。赤身が主体のアメリカン・ビーフには、タンニンが落ち着いた、熟成したタイプが合います。

例えば ♪

アタロン ナパヴァレー
カベルネ・ソーヴィニヨン



ポーク 肩ロース
×
ふくよかタイプ

肉の旨みを
引き出すワイン

アメリカン・ポークと栗を使った料理には、栗やいものほくほくした風味を感じられる、ふくよかでやさしいピノ・ノワール種の赤ワインと一緒に。白ワインなら、しっかりした味わいのシャルドネ種がおすすめです。

例えば ♪

オー ボン クリマ ミッション
ラベル ピノ・ノワール



ポーク ロース
×
トロピカルタイプ

フルーツの風味を
ワインでもプラス

ロースと黄桃のスパイスードには、フルーツやスパイスの風味を持つヴィオニエ種の白ワインを合わせましょう。クセのない味わいのアメリカン・ポークと一緒に料理する食材やスパイスによって楽しみ方が変わります。

例えば ♪

カレラ ヴィオニエ
マウントハーラン



アメリカン・ビーフ&ポークに おすすめのワイン

今回紹介した料理に合うワインを、ソムリエの笹倉建一郎さんに教えてもらいました。肉のおいしさをさらに引き立てるワインとの組み合わせの数々、自由に楽しんでみませんか？

Wine

肉料理おすすめグッズ

岸本シェフ御用達のスグレモノをご紹介します。
おいしい肉料理を支える道具たちは、デザインもすぐれています。

Goods



01.

01. 釜浅商店のフライパン

山田工業所製の「釜浅の鉄打出し 両手フライパン」は、肉料理にはマストだと岸本シェフ。鉄板にほどよい厚みがあるため保温性にすぐれ、じっくりと火入れをする肉料理に最適。ステーキなどの焼き目もきれいにつき、焼き上がりも最高だという。パエリアもパバリと仕上がる。

02. IKEDA のペッパーミル

挽き具合が断然違う！ という、シェフ自慢の高品質ペッパーミル。ブラックペッパー、ホワイトペッパー、クミンなどホールスパイスを挽くのに使っている。ボディはすべて木製ではなく、中身が一目で確認できるクリアタイプがお気に入り。挽きたてのスパイスの香りは、肉料理をさらにおいしくする。

03. 抜き板のまな板

築地で見つけたという抜き板をまな板として使用。脚つきで幅広の木製板は、使い込むほどに味が出るのも気に入っている。ステーキなどのかたまり肉は、抜き板にのせてそのままテーブルへ。まな板にもなるのでその場で豪快に肉を切り分けることもできる。そんな演出ができるのも楽しい。



02.



03.

{ 肉レッスン }

Lesson #02

PORK

風味豊かな味わいで人気がグングン上昇しているアメリカン・ポーク。
注目のブランド「^{ムギボ}mugipo.」について、株式会社マルエツ商品本部精肉部マーチャンダイザーの
川上一也さんに、魅力や楽しみ方をうかがいました。

Photo:Yusuke Nakajima Text:Nobuko Yusa

肉売り場の常識を変える アメリカン・ポーク「^{ムギボ}mugipo.」

一般的に国産ポークは高くてもおいしい、輸入ポークは安くても味は二の次、というイメージを持っている人は多いかもしれません。ところが近年、そうした今までのアメリカン・ポークのイメージをくつがえすようなブランドポークが続々と登場しています。

「アメリカの大自然のなかで大切に育てられるアメリカン・ポーク。ここ数年、飼料や産地、品種などを工夫し、さらにおいしく楽しめるアメリカン・ポークがたくさん開発されているんです」と、今回話をうかがった川上さん。

肉のきめが細かくジューシーなアメリカン・ポークのなかでも、マルエツが6月から取り扱いを始めた「^{ムギボ}mugipo.」は特に「おいしさ」にこだわって生産され、その味には川上さんも太鼓判を押します。

アメリカン・ポークはアメリカ中西部のコーンベルト地帯で収穫されたトウモロコシを食べて育ちますが、「^{ムギボ}mugipo.」は仕上げに麦を与えるのが最大の特徴です。肉質がやわらかく、脂に甘みがあり、クセがなくなるので、旨みが多くさっぱりとした食感です。

「特に脂身の味がいいので、マルエツでは全店でバラ肉を取り扱っています。しゃぶしゃぶ用のポークとしては輸入ポークのなかではダントツの人気です。実際に購入してくださって召し上がったお客様が、そのおいしさを支持してくれている結果だと思います。現在はバラ肉だけですが、この人気であればロースや肩ロースなど、他の部位も順次取り扱いたいですね」（川上さん）

安さではなく、「おいしいから選ぶ」というアメリカン・ポークの新しい価値を生み出した「^{ムギボ}mugipo.」に、今後も注目です！



麦を食べて育つから 旨みが多い！

旨み成分であるグルタミン酸とイノシン酸の量が国産ポークよりも多い^{ムギボ}mugipo.。クセがないうえ、味わい深いので、どんな調理法でもおいしく食べられるのがポイントです。



American Pork

身の締まりがよく 食感がいい！

トウモロコシ主体で育てた豚肉に比べて、仕上げに麦を与える^{ムギボ}mugipo. は肉に適度な締まりがあります。新鮮さや食感のよさ、ジューシーな味わいを感じることができます。

農場指定で肉質の安定化を実現

生産農場を1カ所に指定し、飼料配合から出荷までを一貫して管理し生産されています。その結果、肉質から個体の大きさまで、バラつきのない安定した品質を維持できるのです。



マルエツ
商品本部 精肉部
マーチャンダイザー
川上一也さん

ブランドポークについて

品種や飼料、産地などにこだわり、独自のおいしさや品質を追求しているブランドポーク。近年は、アメリカン・ポークでもブランド化がめざましく、今回紹介した麦を与えて育てる^{ムギボ}mugipo. や、四元豚のシルキーポークなど、日本人の嗜好に合うように独自に開発・生産されたものが数多く登場し、日本

の食卓にとってなくてはならないほど、大きな役割を占めるようになっていきます。

おいしさだけでなく、安全・安心、品質にもこだわったブランドポークのなかから、お気に入りの1つを見つけてみてはいかがでしょうか？

マルエツの精肉部でマーチャンダイザーを担当。「^{ムギボ}mugipo.」のバラは脂質の口どけがよく、さっぱりした食感です。赤身部分にサシ（細かい脂）が入っているものがやわらかくておすすめです。夏は冷しゃぶ、冬は温しゃぶで」

アメリカン・ビーフ&ポークを楽しむ店

肉本来の味わいを楽しむ、トリピーターを増やし続けている名店をご紹介します。
人気を支えているのは、やはりアメリカン・ビーフ&ポークのクオリティの高さといえます。

Photos:Yuriko Tsuchida Text:Akiko Kawagoe

01



RESTAURANT GUIDE



アメリカンローストビーフに舌鼓

LAWRY'S THE PRIME RIB TOKYO

ビバリーヒルズで創業 75 年の歴史を誇る「ロウリーズ・ザ・プライムリブ」東京店が、赤坂から恵比寿へ。2014 年 4 月のオープン以来、予約が後を絶たない理由は、その外れのない老舗の味わい。伝統を守りながら、丁寧に焼き上げるローストビーフは、骨付きのアメリカン・ビーフに特製シーズニングソルトをまぶして 3 日間寝かせ、低温でじっくりと焼いた本場アメリカンスタイル。肉本来のおいしさと適度な脂の甘みを感じられるプレミアムな味です。

Data

ロウリーズ・ザ・プライムリブ東京
東京都渋谷区恵比寿 4-20-3 恵比寿ガーデンプレイス B2F tel:03-5488-8088
11:30 ~ 14:00L.O. / 17:00 ~ 22:00L.O. 無休
<http://www.lawrys.jp/tokyo/>



01. ロウリーズの定番「ロウリーカット」(¥6,000)。シルバーと呼ばれるワゴンで、かたまり肉を目の前で切り分けてくれる。約 300g の大ボリュームだが、一口食べればしっとりと肉感と凝縮された肉の旨みに感嘆。女性 1 人でも完食してしまうというのがうなずけます。サラダのほか、本場でもおなじみのヨークシャーポディングも付きます。02. 木や石など天然素材を使ったラグジュアリーで落ち着いた空間。メインダイニングと個室も充実。ウェディングルームがあるのも待ち合わせにはうれしい配慮です。



アメリカン・ポークの自家製シャルキュトリー

SØHOLM

2014 年 4 月に天王洲にオープンしたのは「スーホルム」。インテリアショップ・アクタスがプロデュースしたレストランとして注目されています。こだわりの家具に囲まれた店内では、ジビエ料理やシャルキュトリーなど本格メニューが楽しめます。なかでも、食べ応えのある食感と旨みのバランスが絶妙なアメリカン・オーガニックポークを贅沢に使用し、手間暇かけて仕込んだハムやリエットはぜひ試してほしい逸品です。



01. 運河沿いにあるレストラン。「友人宅に招かれたように寛いでほしい」というコンセプト通り、アクタスならではのインテリアが心地よい雰囲気を作り出しています。ライフスタイルストア「SLOWHOUSE」に併設。02. 「シャルキュトリー盛り合わせ 5 品」(¥1,890)。シェフが日本人の好む肉を探求した結果、国産に劣らない実力を感じたという US オーガニックポークを使った「自家製ロースハム」「豚肉のリエット」「パテ・ド・カンパーニュ」。

Data

スーホルム
東京都品川区東品川 2-1-3
tel:03-5495-9475
11:00 ~ 17:00 /
18:00 ~ 23:00 無休
www.soholm.jp

American Meat Story

01



02

{ アメリカン・ミートストーリー }

アメリカで 身につけた 食の楽しさ

アメリカン・ビーフとポークの肉のおいしさをはじめ、さまざまな食文化を体験できたことが紺野真さんの味覚と食の世界をつくりました。

Photos: sono(bean)
Cooking: Makoto Konno
Text: Tomoko Kawai

01、02 紺野さんがアメリカ時代を思い出しながら作ってくれた肉料理は、2品とも大きなかたまりで焼き、テーブルで切り分けながら自由に食べるスタイル。アメリカン・ポーク肩ロースのローストは、塩、こしょうをすりこんで3日ほど塩漬けにすることで味に深みが増し、低温でじっくりと火を通してジューシーに。アメリカン・ビーフのかたまり肉を粗挽きにして野菜やスパイスと一緒に焼いた大きなミートローフは、マッシュポテト&肉汁から作るグレービーソースとともに。

アメリカで体験した
本物のおいしさ

18歳の時に家族で渡米し、カリフォルニアで10年間暮らしたという「organ」オーナーの紺野真さん。青春時代を過ごしたアメリカの地で多様な文化のシャワーを浴び、その経験が現在の自分を形作っている、と話します。

「特に食のバリエーションの豊かさには影響を受けましたね。アメリカは移民の国だから、世界中の料理がそのままの形で持ち込まれている。韓国料理やメキシカンなど、現地そのままの味を初めて体験して、その頃からどんどん食えることが好きになっていきました」

アメリカン・ビーフの赤身肉のステーキに出会い、衝撃を受けたのもこの頃。

「ロサンゼルスダウンタウンに24時間営業の老舗ステーキハウスがあって、値段も手頃なのでよく行っただけですよ。そこではさまざまな部位のビーフステーキを食べました。日本で食べていた脂が多い霜降りの牛肉とは全く違って、最初は味があっさりと感じたんですが、噛むほどに味と香りが出てきて、脂分も少ないからたくさん食べても重くない。初めて

05



03 アメリカのアンティーク食器や各国の料理書やアート本が飾られた店内に、紺野さんの美意識が垣間見られる。04 飾り棚にはキュートな豚のオブジェも鎮座。05 アメリカン・ポークを使ったタコスも、アメリカ時代の思い出の料理。



03



04

Makoto
Konno

紺野真さん

ワインバー&ビストロ「organ」「uguisu」オーナー。10年間の米国生活から帰国後、東京・三軒茶屋に自然派ワインの店「uguisu」をオープン。居心地の良い空間とひねりのある料理が評判を呼ぶ。

本当の肉の味を感じましたね」
アメリカ人にとって最上のおもてなしは、自宅に招いて料理をふるまうこと。友人や家族でカジュアルに集まっておいしいものを食べる喜びを知ったのもアメリカ時代。そのホスピタリティは今も紺野さんのお店や料理に生き続いています。
「友達を家に招く時は、裏庭でバーベキューをしましたね。アメリカン・ポークのかたまり肉をハーブやにんにくと一緒に焼いて切り分けるローストポークはその当時からよく焼いていて、今も少しづつ形を変えながら、店やイベントの定番メニューになっています。バーベキューグリルもアメリカから持ち帰って、今も現役ですよ」。臭みがなくてきめ細かい肉質のアメリカン・ポークは、低温で焼くことで肉汁が流れず、しっとりジューシー。口に入れた時に広がる肉の旨みと脂の甘みが何よりのごちそう。アメリカン・ビーフとポークは、今も紺野さんの料理を彩る食材の一つです。



肉 LOVE 座談会



肉好きの3人が集まり、肉 LOVE 座談会を開催。今回のテーマはアメリカン・ビーフ。
おいしい肉料理を囲みながら肉談義に花を咲かせました!!

片平梨絵さん *Rie Katahira*

肉牛専門誌や食肉業界紙の記者を経てフリーに。家畜の生産から食肉の流通卸、スーパー、レストランまで幅広く取材。執筆活動とともに食肉の販売促進やメニュー提案をサポートするアグリビジネスネットワークを主宰。「食肉消費は使命!」という筋金入りの肉食女子。5歳の娘のママ。

宍倉たけるさん *Takeru Shishikura*

料理家。都内有名ホテル、レストランでフランス料理の修業後、26歳で独立開業。千葉市内に4店舗のレストランを経営するほか、各種レストランの総合プロデュースなども行う。「宍倉精肉店」を経営するなど肉に精通している。<http://www.takerushishikura.com>

尾田衣子さん *Kinuko Oda*

料理研究家。ル・コルドン・ブルー東京校にて料理ディプロムを取得後、イタリアに渡り、家庭料理を学ぶ。フランス・イタリア家庭料理ベースの簡単にできるおもてなし料理を中心に料理教室「Assiette de Kinu (アシェット キヌ)」を主宰。肉とワインが好き。<http://ryo-ri.net>



左) CAB プライムの適度な霜降り、赤身の発色の美しさに視線は釘付け。右) 尾田さんが加熱しやすい大きさにサーロインをカット。思っていた以上にやわらかく、しっとりとした肉質に感心していました。

しっとりとした食感 良質な赤身肉が魅力

片平 いよいよビーフ編。どんなお料理が食べられるのか楽しみ。

宍倉 アメリカン・ビーフの旨みをシンプルに味わえる「サーロイン^{*1}ステーキ丼」を作ろうと思います！

尾田 牛肉といってもさまざまな品種、産地、ランクがあると思うのですが、アメリカン・ビーフは「良質な赤身肉」というイメージが強いですね。

宍倉 今回はアメリカン・ビーフのなかでも特に品質の高いCAB^{*2}のプライム^{*3}を用意しました。この美しい赤身の色、ほどよいサシの入り具合。眺めていて惚れ惚れします。

片平 アンガス種はほどよく霜降りが入り、肉質がやわらかくジューシー。

宍倉 何といってもアメリカン・ビーフの魅力は赤身肉の質の高さです。焼き上がりのしっとりとした食感は和牛のフィレのイメージに近い。ぜひ触って確かめてみてください。

尾田 あ、本当だ！ 意識して触ってみると、思っていた以上にやわらかでしっとりとしたお肉ですね。

宍倉 この肉質はトウモロコシをたっぷり食べて育つアメリカン・ビーフだ

からこそ。世界で生産されるトウモロコシの4割はアメリカ産。中西部の穀倉地帯には牛を育てるための農場^Ⅱフィードロット^{*4}が数多く点在しています。

片平 アメリカで初めてフィードロットを視察した際は、スケールの大きさに感動しました。テンガロンハットを被り、馬を巧みに乗り回すカウボーイを見ると、映画の世界にタイムスリップしたような気分。広大な自然に驚くとともに、豊富な穀物資源に恵まれたアメリカの肉牛産業の歴史を肌で感じました。

宍倉 僕は20年以上にわたり、アメリカン・ミートLOVE。料理の道を志していた頃、厚切りのステーキを食べた時の衝撃が忘れられない。おいしいアメリカン・ビーフのイメージは脳裏に焼き付いています。昔も今も僕にとって一番納得できるお肉です。常に日本人の好みを意識して品種や飼料の改良が重ねられてだけでなく、部位別の調理方法まで使いやすさが追求されてきた。使い勝手の良さはピカイチ！プロの料理人からも信頼度の高いお肉です。

***04**

フィードロット

アメリカの牛は1頭あたり東京ドーム約1.3個分という広大な放牧地で母牛とのびのび育った後、生後1年でフィードロットと呼ばれる飼育場に移動。肥沃な土地で生産されたトウモロコシや大豆を中心とした安全な穀物飼料で出荷までの約6カ月間飼育される。

***03**

プライム

アメリカン・ビーフのなかでも全体の3～5%程度しかとれない最高級の格付けの牛肉。サシの入りがよく、きめ細かでやわらかな肉質が特長。ジューシーで味わい深いことから、多くの高級レストラン、ステーキハウスで提供されている。

***02**

CAB

サーティファイド・アンガス・ビーフ・プログラムの略。アメリカの代表的な牛の品種で、適度な霜降りと赤身のバランス、ジューシーでやわらかい肉質が特長のアンガス種のなかでも、より厳しい格付けをクリアしたハイクオリティビーフ。その品質は米国アンガス協会により品質保証され、CAB製品として世界的に高く評価されている。

***01**



サーロイン

ステーキ用として有名な、サー（王様）の称号を持つ高級部位。赤身とサシのバランスが良くジューシーで、厚切りステーキならアメリカン・ビーフが最適。



左) ステーキの香ばしい匂いが食欲をそそります。この香りは牛肉ならではの！と肉好き3人のテンションはマックス。右) 焼き上げたステーキと付け合わせの野菜を彩りよくお皿に盛り付けました。

厚切りTボーンステーキ 骨付きを豪快に楽しむ

片平 私は朝昼晩の食事のうち最低1回は肉料理を食べます。なかでもやっぱりウシが好き。牛肉には幸せホルモン(セロトニン)の分泌を促すトリプトファン*5が多く含まれているので、牛肉を食べると元気が出るし、幸福感で満たされ、みんなが笑顔になれる。レストランで食事する場合も牛肉のメニューが多いです。

尾田 そういえば、最近、Tボーンステーキ*6をよく目にするようになりましたね。レストランのメニューだけでなく、スーパーマーケットでも見かけることがあります。

片平 アメリカン・ビーフは2013年2月に輸入条件が変更*7されました。飼育期間の長い、より高品質でおいしいアメリカン・ビーフが日本に輸入されるようになった。骨付きの部位なども輸入可能になり、外食を中心にTボーンステーキなどのメニュー化が進みました。その動きに追隨してスーパーでも販売が広がっています。売場でTボーンを見つけた時はうれしくて飛び上がりました。

央倉 私のお店でもTボーンステーキ

はいち早く取り入れました。千葉県内で最も多くTボーンステーキを扱っていると思います。豪快に厚切りした骨付き肉を2〜4人でシェアして食べるサプライズ感が喜ばれています。

尾田 薄めに切った肉よりも厚切りの方が焼き上がりはおいしくなるし、シェアする楽しみがありますね。

片平 央倉さんのお店ではどんな風に調理して提供していますか。

央倉 300℃のオーブンで表面を15分程度焼くだけ。今回のステーキ丼に使用したしゅうゆのソースとの相性もバッチリ。味付けは至ってシンプルだけど、これがうまい！家庭でもオーブンを使えば簡単おいしいTボーンステーキが食べられます。

尾田 Tボーンステーキといえば、イタリア・フィレンツェのTボーンステーキ、ビステッカ・アッラ・フィオーレンティーナが有名です。調理はグリルするだけなので簡単&シンプルなのに、高級感があり、ホームパーティなどにぴったりのメニュー。Tボーンステーキを購入できるお店が増えているようですし、今後は料理教室のメニューに取り入ると面白そうですね。



レシピ

→ Page. 22

「アメリカン・ビーフ サロインステーキ丼」のレシピはP.22をご覧ください。

*07

輸入条件変更

日本とアメリカ両政府の合意で、2013年2月よりアメリカン・ビーフの輸入条件が変更された。よりグレードの高い肉が輸入できるようになったほか、骨付き肉の輸入も可能になった。

*06



Tボーンステーキ

T字型の骨付き肉のこと。骨を境にヒレとサロインに分かれ、2つの部位が1度に楽しめる贅沢な部位。

*05

トリプトファン

赤身肉などタンパク質の多い食品に豊富に含まれる必須アミノ酸の1つで、脳内物質「セロトニン」分泌を促進させる。「幸せホルモン」とも呼ばれるセロトニンが働く心と心が落ち着き、不眠症やうつ病に効果があるといわれている。

{ アメリカン・ミート }

知っているようで知らない アメリカン・ミートの素朴な疑問

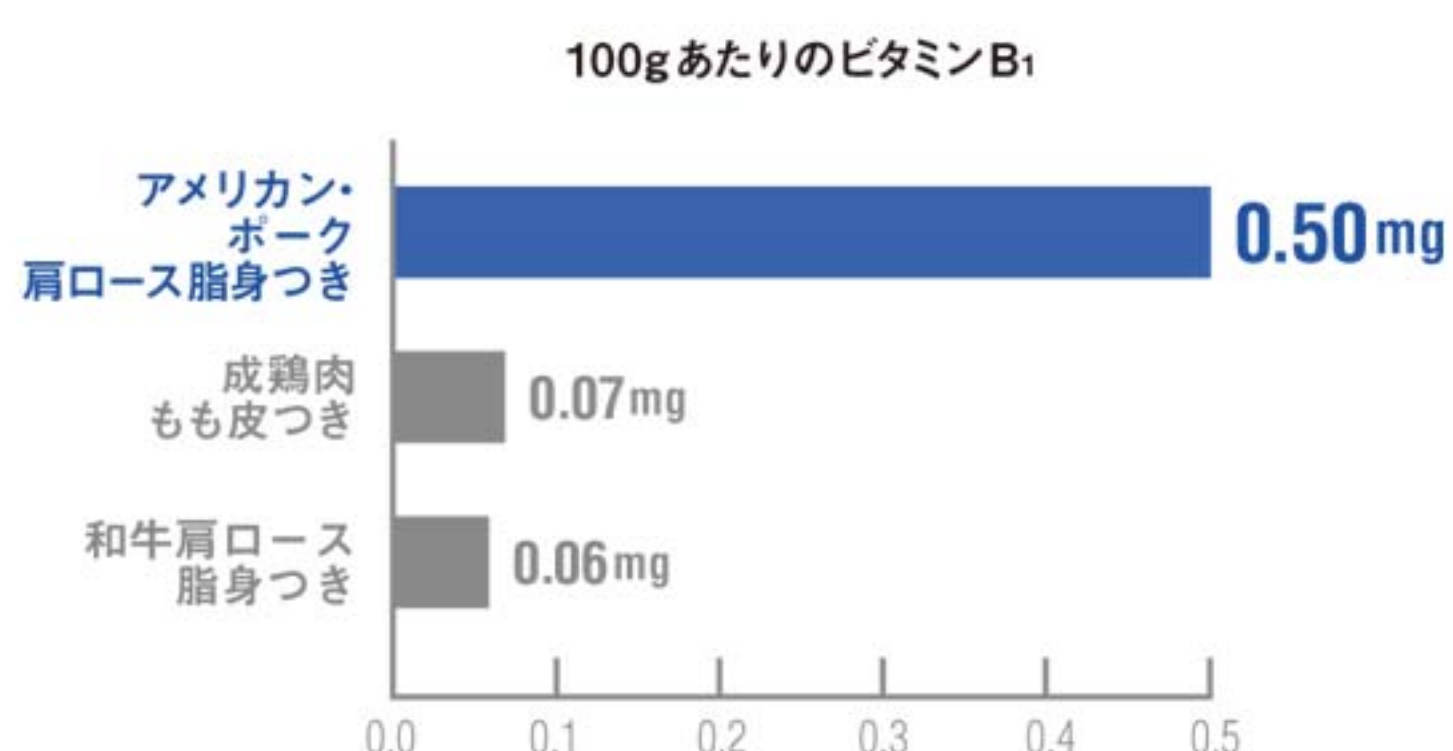
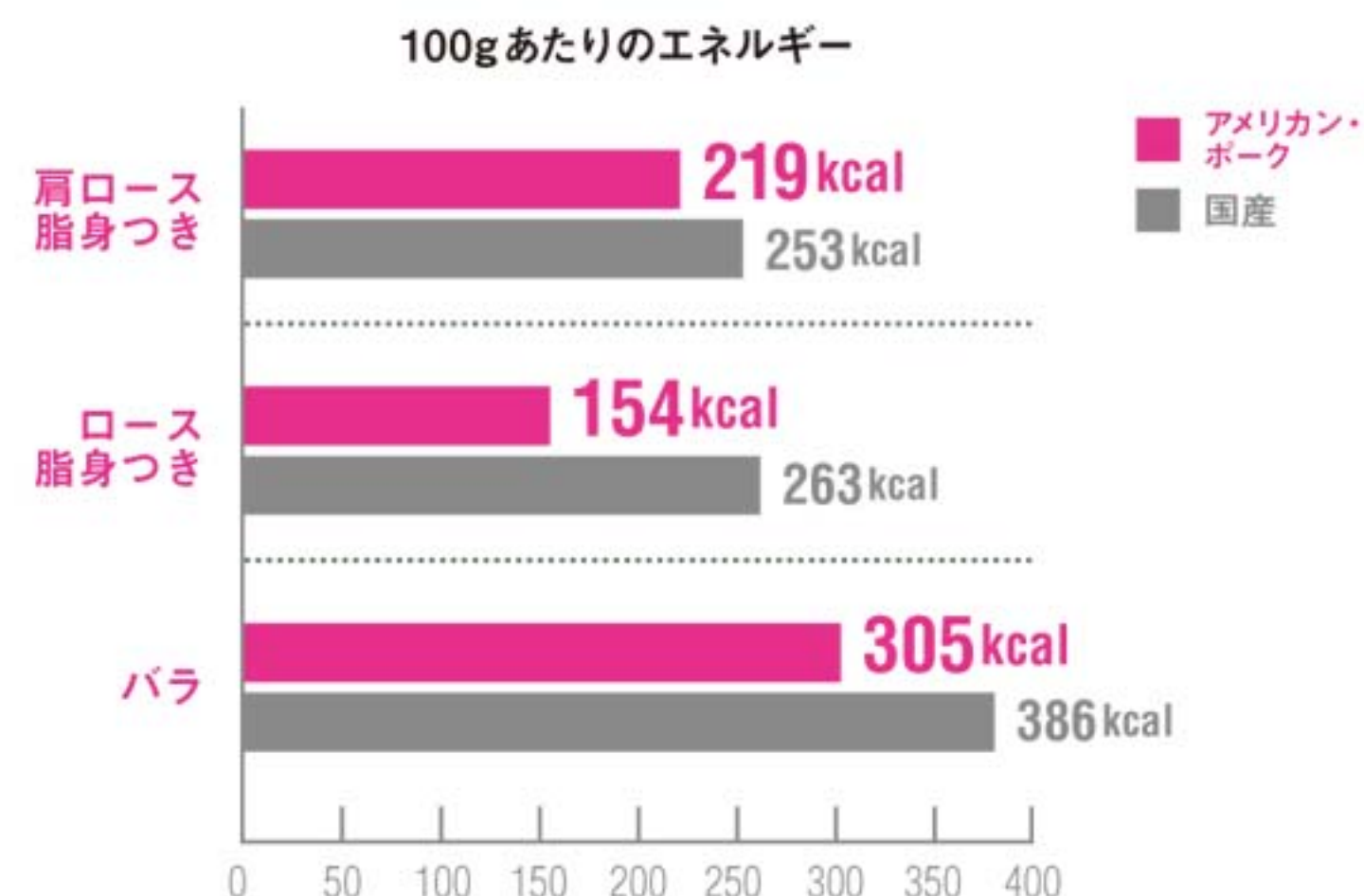
アメリカン・ミートをもっとおいしく、
楽しく食べていただくために、さまざまな疑問にお答えします。
今回はアメリカン・ポークについてご紹介します。



豚肉を食べると太る？

 いいえ、アメリカン・ポークは脂肪をエネルギーに変える
ビタミンB₂を含み、低脂肪・低カロリーです。

アメリカン・ポークは栄養バランスにすぐれ、また、加工段階で余分な脂肪を取り除いているので、国産豚肉と比較するとカロリーは約2/3、脂肪は約1/3（ロースで比較）。脂肪をエネルギーに変えるビタミンB₂、コレステロール値を下げるといわれるオレイン酸、脂質の燃焼を助けるナイアシンなども含まれ、ダイエット中の方にもおすすめです。



体の疲れにアメリカン・ポークがいいって本当？

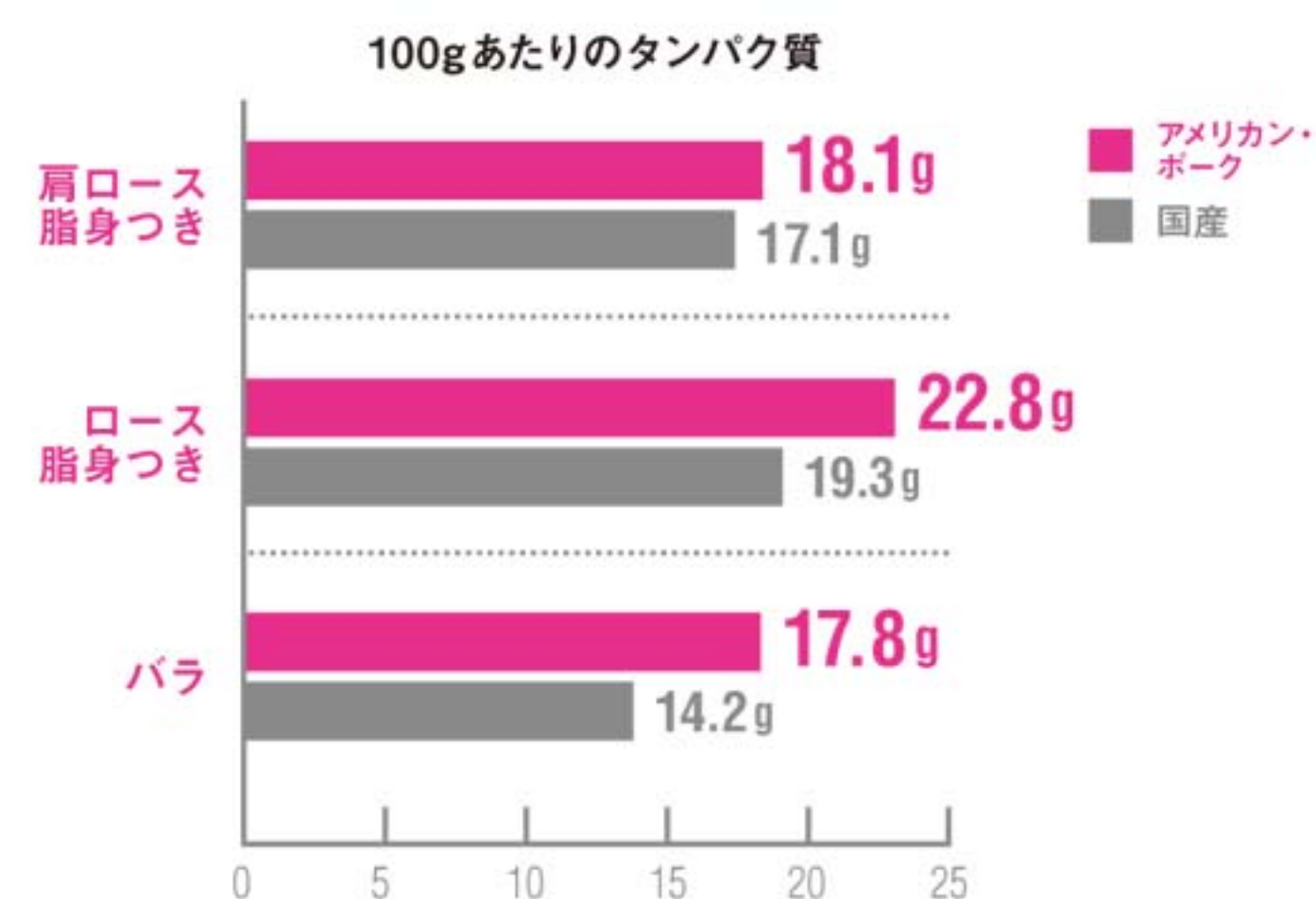
 疲労回復に効果のあるビタミンB₁が豊富に含まれています。

夏の疲れが出る季節、アメリカン・ポークを食べて元気になりましょう。疲労回復には、糖質をエネルギーに変える働きのあるビタミンB₁が必要ですが、不足すると、食欲不振やだるさなどの症状が出ます。アメリカン・ポークにはこのビタミンB₁が豊富に含まれており、200g食べると成人が1日に必要なビタミンB₁の摂取量をまかなえます。

シニアは肉を控えたほうがいい？

 健康維持のため、タンパク質をたっぷりと含む
アメリカン・ポークを食べましょう。

シニアの健康をつくる食生活のキーワードは「高タンパク低カロリー」。加齢とともに基礎代謝が低下しても、筋肉、骨、皮膚、血液、免疫細胞などをつくるうえで欠かせない成分であるタンパク質の摂取量は減らせません。カロリーを控えつつ、タンパク質を効率的にとるためにぴったりの食材が、高タンパク低カロリーのアメリカン・ポーク。シニアの元気を支えます。



アメリカン・ポークはどのように育てられるの？

 豊かな自然と恵まれた環境のなかで健やかに育ちます。

アメリカン・ポークはアメリカ中西部の広々とした養豚農場でのびのびと成長します。豚の成長段階に応じて整備され、管理の行き届いた清潔な豚舎で、生産者が自ら作る新鮮で栄養価の高いトウモロコシや大豆などの飼料を食べて育ちます。恵まれた環境のなかで育つ豚はストレスがなく健康。ジューシーなおいしさにつながっています。

{ インフォメーション } Information



「Be&Po」は e-book から楽しめる！ <http://americanmeat.jp>

「Be&Po」をどのようにお楽しみいただいていますか？ 冊子で読んでいただくほかに、USMEF のウェブサイト内の e-book から、「Be&Po」の最新号やバックナンバーをご覧いただけます。

「Be&Po」のページの e-book のボタンをクリックすると、画面上に誌面が登場。ページをめくったり、拡大したりしながら、いつでもどこでも、自由に読んでいただけます。ぜひお試しください！

iPhone、iPad でも 「Be&Po」を読める！

iPhone、iPad のアプリ「Newsstand」でも、「Be&Po」最新号をお読みいただけます。無料ですので気軽にお楽しみください。



アメリカン・ビーフ サーロインステーキ丼

《 材料 》 (2 人分)

アメリカン・ビーフ サーロイン 250 ～ 300 g
なす 1 本
長ねぎ 1/2 本
チェリートマト 2 個
刻み海苔 適量
煎りごま 適量
三つ葉 (あれば) 適量
塩、こしょう 各適量
ご飯 適量

タレ

日本酒 80cc
しょうゆ 40cc
無塩バター 50g

《 作りかた 》

1. なすはヘタを取り、縦半分に切って切り目を入れておく。長ねぎは約 5cm の長さに切る。
2. アメリカン・ビーフに塩、こしょうをして、弱火にかけたフライパンで両面を焼く。同じフライパンになす、長ねぎ、トマトも入れて焼く。
3. 野菜が焼けたら取り出し、軽く塩、こしょうをふる。肉の表面にうっすら肉汁が浮いてきたら、バター以外のタレの材料を入れ、すぐに肉を取り出す。
4. 弱火で少しずつバターを溶かしながら、とろみが出るまで煮詰める。
5. ご飯の上に海苔を敷き、肉を切り分けてのせ、野菜を飾る。タレとごまをかけ、あれば三つ葉を飾る。

Shop List アメリカン・ビーフ&ポークが買えるお店はこちら！



アメリカン・ビーフが買えるお店

アピタ	イズミ	いずみ市民生協	イトーヨーカドー	いなげや	エコス		オオゼキ	オークワ	カウボーイ			
業務スーパー TAKENOKO	グルメシティ	コストコ	コモディイイダ	サミット	山陽マルナカ	仕入れ王	CGC グループ	ジャパンミート	スパーク	西友	ダイエー	
タイヨー	東急ストア	東急百貨店	トップ	パワーズ	BB FOODS	ビッグリブ	Foods Market satake	フジ	藤三	フレスタ	平和堂	丸久
マルナカ	三河屋	ヤマザワ	ユニバース	ヨークベニマル	ラルズ							



アメリカン・ポークが買えるお店

アップルランド	アピタ	イズミ	イズミヤ	イトーヨーカドー	いなげや	エコス		オオゼキ	オギノ			
オークワ	オーケーストア	カウボーイ	キミサワ	近商ストア	グルメシティ	コストコ	コモディイイダ	サンバード長崎屋	山陽マルナカ	ジャパンミート	ジョイ	
スパーク	西友	ダイエー	タイヨー	東急ストア	バロー	ピアゴ	ビッグリブ	藤三	ベisia	平和堂	マルエツ	丸久
マルナカ	ミスタースタミナ	ヤマザワ	ユニバース	ゆめタウン	ヨークベニマル	ヨークマート	LUCKY	ラルズ	リブレ京成			

詳しくはUSMEFのウェブサイトをチェック

*こちらの情報はUSMEFウェブサイト、またお申し込みいただいた企業様の情報をもとに掲載しております。
 *複数の店舗名(屋号)にて営業されている企業様の場合、実際の販売店舗名と異なる場合がございます。
 *実際に販売されている店舗、販売日につきましては、各企業様のウェブサイトや店舗にご確認の上、ご来店ください。
 *店舗名は、あいうえお順で掲載しております。



アメリカン・ポークプレゼント！ ご意見・ご感想・オリジナルレシピを募集中。

本誌についてのご意見・ご感想、アメリカン・ミートを使ったオリジナルレシピをはがき、またはメールにてお寄せください。抽選で5名様にアメリカン・ポーク(500g)をプレゼントいたします。締切は**2014年12月1日(月)**(当日消印有効)。

*個人情報の取り扱いについて：ご記入いただきました個人情報は、適切かつ安全に管理いたします。お客様の同意なしに第三者に提供することはありません。

宛先：〒105-0001 東京都港区虎ノ門1-2-20 第3虎の門電気ビル12階
 米国食肉輸出連合会 Be&Po 係
 Email: be-po-club@americanmeat.jp

