

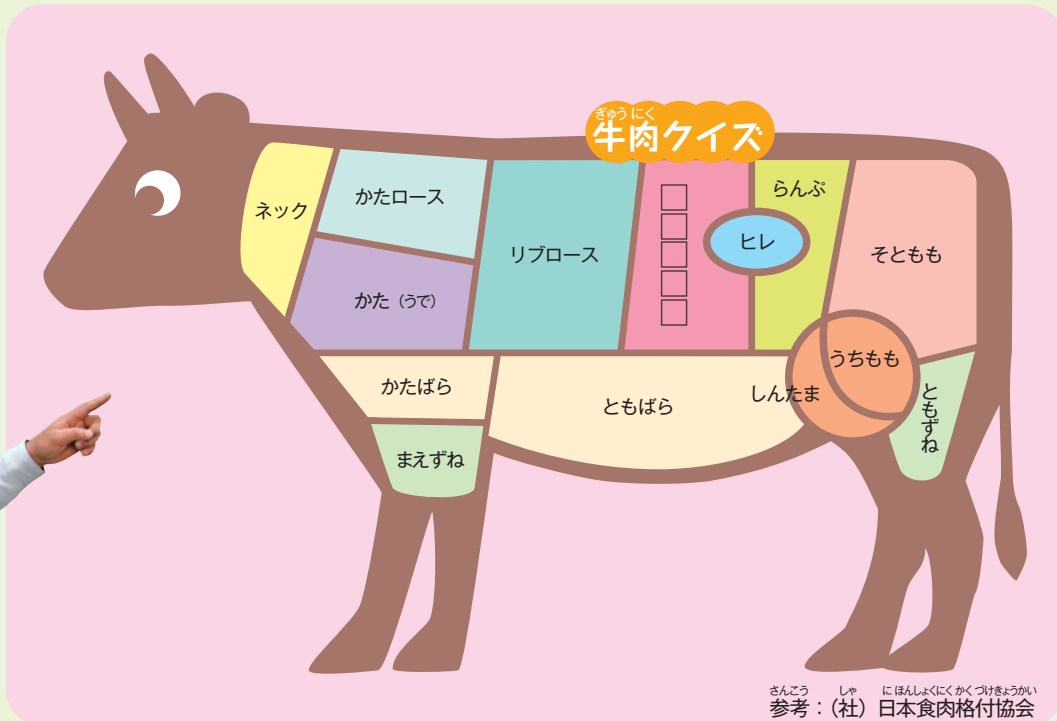
これでみんなも焼肉奉行！？

焼肉屋さんへ行ったとき、メニューを見て「これは何だろう？」と疑問に思ったことはないかな？
 今回のテーマは「牛肉」。名前と特徴を覚えたら、焼肉屋さんに行くのが楽しくなるよ。

牛肉にはどんな部位があるか、確かめてみよう。

牛肉クイズ

□□□□の部位の名前は
 何でしょうか？
 こたえは、
 5ページの下の方にあるよ！



参考：(社) 日本食肉格付協会

小売表示※で、牛肉には11の部位があるんだよ。
 それぞれの部位の特徴を知ろう。

※牛肉をスーパーなどで小売りするときに表示している部位のことだよ。

ネック

首の部分で「かたロース」に続くところ。よく運動をする部分で、きめはあらく、肉質はかため。豊富なエキス分、ゼラチン質を持つてるよ。

ヒレ

牛の他の部位と比較して最も運動をしない筋肉だから、1番やわらかい部位。牛一頭から得られるヒレは3%ほど。語源はフランス語の「フィレ」で、関西では「ヘル」とも呼んでいるよ。



かた(うで)

「うで」の部分の総称として「かた」と呼ぶんだ。よく運動をする筋肉が集まったもので、きめがあらく、肉質はややかたため。ネックと同様にエキス分、ゼラチン質を豊富に持っているよ。



リブロース

通常「ロース」と呼ばれる部位で、その断面は見事な霜降り状態。きめが細かく、やわらかい優れた肉質を持っているので、「ヒレ」「サーロイン」と並ぶ価値を持つ最高の部位なんだ。



らんぶ

「サーロイン」のとなりの部位で、ロイン系の準高級な部位として評価されているよ。「らんいち」「らむ」とも呼ばれているんだ。

牛肉クイズ

「リブロース」と「らんぶ」に挟まれた部位で、きめが細かくやわらかい最高の肉質を持っているよ。□□□□□□ステーキとして有名で、ステーキに最も適しているんだ。



すね(まえずね ともずね)

前足のものを「まえずね」、後足のものを「ともずね」と呼ぶよ。肉質はかたく、腱の多い部位。「ネック」「かた」と同様にエキス分、ゼラチン質を豊富に持っているんだ。

かたロース

ロースの「かた」に当たる部分で、後ろの「リブロース」「サーロイン」に続いている筋肉。きめが細かくやわらかい、肉質の優れた最高の部位だよ。



かたばら ともばら

「かたばら」とそれに続く「ともばら」の境目あたりは、繊維質、筋膜が多く、肉のきめはあらいけど、赤身と脂肪が層になって霜降りになりやすい部位。とても、濃厚な風味を持っているよ。



うちもも しんたま

「うちもも」は牛肉の中でも脂肪が最も少なく、ほとんどが赤身だから、赤身を好む人には最適な部位なんだ。「しんたま」も脂肪が少ない赤身が中心の部位で、肉のきめは細かくやわらかいのが特長だよ。

そともも

もも系の部位では最も運動量が多い筋肉が「そともも」。きめはあらく、肉質はややかたい部位だよ。

キッズちやわねんじ

スペシャルテーマ

牛肉

毎日のごはんがもっとおいしくなる！
 「農」と「食」を学ぶコーナーだよ。



教えてくれた人
 JA福山市 三和グリーンセンター
 営農指導員
 江草 尚泰

部位ごとの特徴を
 しっかりチェックしよう！

